

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

Факультет физической культуры

Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Элективные курсы по физической культуре и спорту
(Легкая атлетика)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль: Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения: заочная

Разработчик:

Бусарова С. В., старший преподаватель

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от
25.04.2017 года

Зав. кафедрой  Шуняева Е.А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1
от 27.08.2018 года

Зав. кафедрой  О. В. Четайкина

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1
от 29.08.2019 года.

Зав. кафедрой  Трескин М.Ю.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1
от 31.08.2020 года.

Зав. кафедрой  Трескин М.Ю.

1. Цель и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины – содействие формированию всесторонне развитой личности, способной совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеющей техникой легкоатлетических движений, техническими действиями, готовой к пропаганде здорового образа жизни, целенаправленному использованию разнообразных средств и методов легкой атлетики для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- обеспечить понимание социальной значимости физической культуры, её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый стиль жизни, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- научить совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;
- овладеть техникой легкоатлетических движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;
- овладеть практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развивать и совершенствовать психофизические способности, формировать профессионально значимые качества и свойства личности;
- овладеть инструментарием, обеспечивающим адаптацию организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- овладеть методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;
- научить осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.12 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика)» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1, 2, 3, 4 курсе, в 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 триместрах.

Для изучения дисциплины требуется: понимать социальную значимость физической культуры, её роль в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни, создавать основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Освоение дисциплины Б1.В.12 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика)» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.Б.05 «Физическая культура и спорт».

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика)», включает: образование в сфере физической культуры, спорт, двигательную рекреацию и реабилитацию, пропаганду здорового образа жизни, сферу услуг, туризм, сферу управления, научно-

изыскательные работы, исполнительское мастерство.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;
- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;
- учебно-методическая и нормативная документация.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Тренер, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №193н от 07.04.2014).

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО	
ПК-14. способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности. тренерская деятельность	
ПК-14. способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	<i>знать:</i> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта; <i>уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности; <i>владеть:</i> - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство; - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию; - навыками составления документов планирования.
ПК-15. способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму. тренерская деятельность	

ПК-15. способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму тренерская деятельность	<i>знать:</i> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки; <i>уметь:</i> - управлять своим физическим здоровьем и применять высокоэффективные оздоровительные и спортивные технологии; - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности; <i>владеть:</i> - технологией мониторинга собственного физического развития, функционального состояния систем организма, физической и психической работоспособности; - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.
---	---

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Триместры						
		2	5	6	8	9	11	12
Контактная работа (всего)	48	4	8	8	8	8	6	8
Практические занятия (ПЗ)	48	4	8	8	6	8	6	8
Самостоятельная работа	252	64	24	24	26	24	26	64
Вид промежуточной аттестации								
Зачет	28	4	4	4	4	4	4	4
Общая трудоемкость часы	328	72	36	36	36	36	36	76

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Для дисциплины Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика)» в практическом разделе предполагаются практические занятия с использованием различных средств физической культуры и видов легкой атлетики для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера, уровня физической подготовленности для выполнения ими нормативов физической подготовленности и формирования физической культуры личности.

1. Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой.

Инструкция по технике безопасности при проведении занятий по легкой атлетике. Общие требования безопасности. Требования безопасности перед началом, во время и после окончания проведения занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Спортивный травматизм и меры его предупреждения. Первая помощь при травмах.

2. Спортивная ходьба.

Выполнение упражнений на месте: ходьба с прямыми ногами; ходьба широким шагом с поворотом таза вокруг вертикальной оси. Изучение движения ног: ходьба по прямой линии по отметкам; по кругу или «змейкой»; в гору; по мягкому грунту. Изучение движения ног и туловища: ходьба с изменением положения рук, туловища (руки сцеплены за головой; на груди). Техника ходьбы: старт, стартовое ускорение, ходьба на дистанции, финиширование. Ходьба на короткие, средние и длинные дистанции.. Специальные упражнения (выполняются сериями на дистанции 20-60 м. Совершенствование (ходьба различных отрезков с разной скоростью в координации). Прохождение дистанции на результат.

3. Бег на короткие дистанции.

Бег на дистанцию 100 м. Техника бега: низкий старт, стартовое ускорение, бег на дистанции, финиширование. Специальные упражнения (выполняются сериями на дистанции 20-60 м): бег с ускорением с высокого старта; бег с высоким подниманием бедра; семенящий бег; бег с захлестом голени; бег прыжковыми шагами. Бег с изменением скорости. Контрольный бег 60-100 м. Бег на дистанцию 200; 400 м. Знакомство с особенностями бега по повороту. Низкий старт в поворот. Бег по кругу. Стартовые ускорения. Бег с различной интенсивностью на отрезках от 150 до 250 м. Контрольный бег 200, 400 м на результат.

4. Бег на средние и длинные дистанции.

Бег 800,1000, 1500, 2000, 3000 м. без учета времени. Техника бега: высокий старт, стартовое ускорение, бег по дистанции в среднем темпе по прямой, 7 по виражу, финиширование. Техника постановки ноги на грунт. Ускорения по прямой и виражу. Общеразвивающие упражнения: упражнения для рук и плечевого пояса, туловища, ног; упражнения для развития силы, быстроты, выносливости. Упражнения на дыхание и расслабление.

5. Прыжок в длину с места.

Обучение технике прыжка. Напрыгивание на планку. Отталкивание. Полет. Приземление. Серийные прыжки. Прыжки с места в яму с песком. Прыжки в яму через препятствие с места. Отталкивание с места с выведением таза. То же, с движением рук. Прыжки в яму с тумбы. Выполнение прыжка с места в прыжковую яму на результат.

6. Прыжок в длину с разбега.

Знакомство с техникой прыжка: рассказ, показ; выполнение пробных попыток. Серийные прыжки. Изучение отталкивания: имитация постановки ноги на отталкивание; отталкивание с шага, с 2-х шагов, с 3-х шагов, с 5-ти шагов. Прыжки в шаге серийно, отталкиваясь на каждый 3, 5 шаг. Напрыгивание на планку. Разбег. Подбор оптимальной длины и скорости разбега. Полет. Для изучения полетной фазы выполнять отталкивания с тумбы; прыжки через барьер; прыжки с доставанием подвешенного предмета. Приземление. Приземление на согнутые ноги; с использованием ориентира для приземления. Прыжки с короткого и полного разбега.

7. Прыжок в высоту с разбега

Виды прыжков. Главная задача прыжков, фазы прыжков (их частные задачи, сходства и отличия в разных стилях). Техника прыжка в высоту способами «перешагивание» и «фосбери-флоп». Ритмическая и динамическая структура прыжков. Обучение технике отталкивания, технике перехода через планку и приземлению, технике прыжка в высоту с короткого разбега, технике прыжка с полного разбега, совершенствование техники прыжка. Специальные упражнения для освоения техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и «фосбери-флоп» и развитие специальных физических качеств прыгунов.

8. Метание гранаты и малого мяча.

Знакомство с техникой, рассказ, показ. Метание мяча с места в цель, стоя лицом; стоя боком. Хлестообразное движение кисти: имитация, упражнения с выпуском снаряда. Финальное усилие (положение «натянутого лука»), метание мяча с места на дальность. Выполнение бросковых шагов под счет с имитацией метания; выполнение бросковых шагов

самостоятельно с увеличением скорости передвижения. Пробегание отрезков 10-20 м скоростными шагами; метание с отведением и ускоренным разбегом.

9. Метание копья.

Краткий исторический очерк и эволюция. Снаряды: вес, размеры. Держание копья, разбег: предварительная часть разбега, заключительная часть разбега, фаза финального ПР 13 усилия, торможение после броска. Методические принципы обучения. Задачи, средства и методы обучения. Последовательность обучения технике: Ознакомить с техникой метания копья. Обучить держанию и выбрасыванию копья. Обучить метанию копья с места. Обучить отведению и метанию копья с бросковых шагов. Обучить технике метания копья с разбега. Совершенствование техники метания копья. Правила соревнований по метаниям. Секторы для метания копья. Безопасность при обучении и профилактика травматизма

10. Легкоатлетические эстафеты и барьерный бег.

Эстафеты (4x100, 4x200, 4x400 м.) Техника эстафетного бега. Рассказ, показ техники эстафетного бега, коридора для передачи. Передача эстафетной палочки в парах на месте; в ходьбе; в медленном беге; в парах на отрезках 50-60 м. Передача палочки в коридорах парами по нескольким дорожкам. Соревнования команд. Правила соревнований. Эстафеты с прикладными упражнениями: ходьба, бег, прыжки, упражнения в равновесии.

Барьерный бег как вид легкой атлетики. Анализ техники барьерного бега (старт, стартовый разгон, техника выполнения «атаки» барьера, техника «перехода» и «схода» с барьера). Особенности бега с барьерами на различные дистанции (100 м, 110 м, 400 м).

11. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.

Игры малой, средней и большой подвижности с элементами легкой атлетики.

12. Контрольные нормативы.

Выполнение тестов общей физической подготовленности для мониторинга уровня физической подготовленности студентов.

5.2. Содержание дисциплины: Практические занятия (48 ч.)

Модуль 1. Основы знаний по легкой атлетике (2 ч.)

Тема 1. Вводное занятие. История развития легкой атлетики в России и мире (2 ч.)

Определение понятия «легкая атлетика». Содержание, классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. Связь видов легкой атлетики. Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания. Возникновение легкой атлетики. Развитие легкоатлетического спорта в России. Развитие легкой атлетики после Великой отечественной войны. Участие советских (российских) легкоатлетов на Олимпийских играх. Современное состояние легкой атлетики в мире, России, Республики Мордовия. Правила соревнований в беговых видах, прыжках и метаниях. Правила безопасности при проведении занятий, гигиенические требования к занимающимся.

Модуль 2. Техника бега на короткие и длинные дистанции (2 ч.)

Тема 1. Обучение технике бега на короткие дистанции (2 ч.)

Бег на короткие дистанции как вид легкой атлетики. Характеристика составных частей техники: начало бега (старт), стартовый разбег, бег по дистанции, финиширование. Особенности техники бега на различных спринтерских дистанциях.

Модуль 3. Техника толкания ядра (4 ч.)

Тема 1. Обучение технике толкания ядра (2 ч.)

Ознакомление с техникой толкания ядра. Снаряды: вес, размеры. Держание ядра, разбег «скачком», финальное усилие, удержание равновесия. Обучение держанию и выталкиванию ядра. Обучение толканию ядра с места. Обучение технике скачкообразного разбега. Обучение толканию ядра со «скачка». Обучение толканию ядра с «поворота». Совершенствование техники толкания ядра.

Тема 2. Совершенствование техники спортивной ходьбы (2 ч.)

Обучение технике спортивной ходьбы:

- совершенствование движения ног в сочетании с движением таза;
- совершенствование движения рук и плеч при спортивной ходьбе;
- обучение технике спортивной ходьбы в целом;
- совершенствование техники спортивной ходьбы.

Модуль 4. Техника метаний (4 ч.)

Тема 1. Обучение технике метания гранаты и малого мяча (2 ч.)

Виды метаний. Главная и частные задачи фаз метаний. Факторы, определяющие дальность полета снаряда (начальная скорость вылета, угол вылета, аэродинамические свойства). Обучение держанию снаряда, броску гранаты из положения «финального усилия», обучение технике бросковых шагов, сочетанию бросковых шагов с отведением гранаты, обучение предварительного разбега в сочетании бросковых шагов и отведением, обучение технике метание гранаты в целом.

Тема 2. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции (2 ч.)

Анализ техники (характеристика составных частей): старт и стартовое ускорение, бег по дистанции, финиш и остановка после бега Кинематические и динамические параметры техники бега на различные дистанции. Критерии оценки техники бега. Специальные упражнения для освоения техники кроссового бега Методика совершенствования техники кроссового бега Специальные упражнения для освоения техники бега с препятствиями и развития специальной выносливости бегунов на длинные дистанции. Практическое применение студентами полученных методических знаний. Совершенствование техники бега на средние дистанции (кроссовый бег).

Модуль 5. Техника барьерного бега (4 ч.)

Тема 1. Обучение технике барьерного бега (2 ч.)

Барьерный бег как вид легкой атлетики. Анализ техники барьерного бега (старт, стартовый разгон, техника выполнения «атаки» барьера, техника «перехода» и «схода» с барьера). Особенности бега с барьерами на различные дистанции (100 м, 110 м, 400 м).

Тема 2. Контрольные нормативы (2 ч.)

Основная задача контрольных нормативов заключается в определении уровня подготовленности по основным физическим качествам студентов на начало второго года обучения в учебно-тренировочной группе: бег 100 м, с; бег 1000 м; бег 2000 и 3000 м; прыжки со скакалкой кол-во раз за 30 сек.; сгибание-разгибание рук в упоре лежа (дев.), кол-во раз; поднимание туловища из положения лежа на спине, кол-во раз за 1 минуту; подтягивание из виса на высокой перекладине (юн.), кол-во раз; прыжок в длину с места, см; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи), см.

Модуль 6. Техника прыжка в длину с места (4 ч.)

Тема 1. Обучение технике прыжка в длину с разбега (2 ч.)

Способы прыжков в длину с места и их биомеханические характеристики. Напрыгивание на планку. Отталкивание. Полет. Приземление. Серийные прыжки. Прыжки с места в яму с песком. Прыжки в яму через препятствие с места. Отталкивание с места с выведением таза. То же, с движением рук. Прыжки в яму с тумбы. Выполнение прыжка с места в прыжковую яму на результат. Оценка выполнения движений. Безопасность при обучении и профилактика травматизма.

Тема 2. Совершенствование техники метания гранаты (2 ч.)

Специальные упражнения для освоения техники метания гранаты и развития специальных физических качеств метателей. Совершенствование держанию снаряда, метанию гранаты из положения «финального усилия», обучение технике бросковых шагов, сочетанию бросковых шагов с отведением гранаты, обучение предварительного разбега в сочетании бросковых шагов и отведением, обучение технике метание гранаты в целом. Последовательность совершенствования техники метания гранаты. Совершенствование держанию снаряда; броску гранаты из положения «финального усилия», обучение технике

бросковых шагов, обучение сочетанию бросковых шагов с отведением гранаты, обучение предварительному разбегу в сочетании бросковых шагов и отведением; обучение технике метания гранаты в целом.

Модуль 7. Техника метания копья (4 ч.)

Тема 1. Обучение технике метания копья (2 ч.)

Краткий исторический очерк и эволюция. Снаряды: вес, размеры. Держание копья, разбег: предварительная часть разбега, заключительная часть разбега, фаза финального ПР 13 усилия, торможение после броска. Методические принципы обучения. Задачи, средства и методы обучения. Последовательность обучения технике: Ознакомить с техникой метания копья. Обучить держанию и выбрасыванию копья. Обучить метанию копья с места. Обучить отведению и метанию копья с бросковых шагов. Обучить технике метания копья с разбега. Совершенствование техники метания копья. Правила соревнований по метаниям. Секторы для метания копья. Безопасность при обучении и профилактика травматизма

Тема 2. Закрепление техники барьерного бега (2 ч.)

Совершенствование основных элементов техники барьерного бега (старт, стартовый разгон, техника выполнения «атаки» барьера, техника «перехода» и «схода» с барьера). Особенности бега с барьерами на различные дистанции (100 м, 110 м, 400 м). Критерии оценки техники барьерного бега. Специальные упражнения для освоения техники барьерного бега и развития специальных физических качеств барьеристов. Создание представления о технике преодоления барьера. Выполнение комплекса подводящих упражнений. Совершенствование техники преодоления препятствий. Совершенствование техники бега на 100 и 110 м с барьерами. Совершенствование барьерного шага и бега между барьерами. Совершенствование техники низкого старта и бега до первого барьера. Совершенствование финиширования. Совершенствование бега на 400 м с барьерами. Практическое применение студентами полученных методических знаний

Модуль 8. Техника прыжка в длину с разбега (2 ч.)

Тема 1. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега (2 ч.)

Способы прыжков в длину с разбега и их биомеханические характеристики. Главная задача прыжков, фазы прыжков (их частные задачи, сходства и отличия в разных стилях прыжков). Разбег, отталкивание, полет и приземление в прыжках способами «согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы». Оценка выполнения движений. Безопасность при обучении и профилактика травматизма. Методические принципы обучения. Задачи, средства и методы обучения. Типовая схема обучения. Оценка выполнения движений. Специальные упражнения для совершенствования техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Методика совершенствования техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Практическое применение студентами полученных методических знаний.

Модуль 9. Техника прыжка в высоту с разбега (4 ч.)

Тема 1. Меры безопасности при проведении спортивных занятий (2 ч.)

Причины травм. Профилактика травматизма. Гигиенические требования. План работы на год. Календарный план проведения соревнований.

Тема 2. Контрольные нормативы (2 ч.)

Основная задача контрольных нормативов заключается в определении уровня подготовленности по основным физическим качествам студентов на начало третьего года обучения в учебно-тренировочной группе: на начало учебного года: бег 100 м, с; бег 1000 м; бег 2000 и 3000 м; прыжки со скакалкой кол-во раз за 30 сек.; сгибание-разгибание рук в упоре лежа (дев.), кол-во раз; поднимание туловища из положения лежа на спине, кол-во раз за 1 минуту; подтягивание из виса на высокой перекладине (юн.), кол-во раз; прыжок в длину с места, см; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи), см.

Модуль 10. Специальные беговые упражнения (4 ч.)

Тема 1. Совершенствование техники метания копья (2 ч.)

Совершенствование техники метания копья. Метание копья из положения «финального усилия». Совершенствование техники бросковых шагов, сочетание бросковых шагов с отведением копья, обучение предварительного разбега в сочетании бросковых шагов и отведением, техника метания копья в целом.

Тема 2. Совершенствование техники барьерного бега (2 ч.)

Совершенствование основных элементов техники барьерного бега (старт, стартовый разгон, техника выполнения «атаки» барьера, техника «перехода» и «схода» с барьера). Специальные упражнения для освоения техники барьерного бега и развития специальных физических качеств барьеристов. Создание представления о технике преодоления барьера. Выполнение комплекса подводящих упражнений. Совершенствование техники преодоления препятствий. Совершенствование техники ПР 15 бега на 100 и 110 м с барьерами. Совершенствование барьерного шага и бега между барьерами. Совершенствование техники низкого старта и бега до первого барьера. Совершенствование финиширования. Практическое применение студентами полученных методических знаний.

Модуль 11. Специальные прыжковые упражнения (4 ч.)

Тема 1. Совершенствование техники барьерного бега (2 ч.)

Совершенствование основных элементов техники барьерного бега (старт, стартовый разгон, техника выполнения «атаки» барьера, техника «перехода» и «схода» с барьера).. Специальные упражнения для освоения техники барьерного бега и развития специальных физических качеств барьеристов. Создание представления о технике преодоления барьера. Выполнение комплекса подводящих упражнений. Совершенствование техники преодоления препятствий. Совершенствование техники ПР 15 бега на 100 и 110 м с барьерами. Совершенствование барьерного шага и бега между барьерами. Совершенствование техники низкого старта и бега до первого барьера. Совершенствование финиширования. Практическое применение студентами полученных методических знаний.

Тема 2. Обучение технике прыжка в высоту с разбега (2 ч.)

Виды прыжков. Главная задача прыжков, фазы прыжков (их частные задачи, сходства и отличия в разных стилях). Техника прыжка в высоту способами «перешагивание» и «фосбери-флоп». Ритмическая и динамическая структура прыжков. Обучение технике отталкивания, технике перехода через планку и приземлению, технике прыжка в высоту с короткого разбега, технике прыжка с полного разбега, совершенствование техники прыжка. Специальные упражнения для освоения техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и «фосбери-флоп» и развитие специальных физических качеств прыгунов. Практическое применение студентами полученных методических знаний.

Модуль 12. Кроссовая подготовка (2 ч.)

Тема 1. Совершенствование техники кроссового бега (2 ч.)

Комплекс упражнений избирательной направленности на развитие общей и специальной выносливости. Кроссовая подготовка – 1,2, 3, 5 км. в заданном темпе. Тест-Купера (12- минутный бег).

Модуль 13. Специальная физическая и техническая подготовка (4 ч.)

Тема 1. Совершенствование специальной физической и технической подготовки в беговых видах легкой атлетики (2 ч.)

Специальная физическая подготовка бегунов. Развитие мышц избирательного воздействия. Упражнения для развития мышц брюшного пресса, упражнения для развития мышц спины, упражнения для двуглавой мышцы бедра, упражнения для мышц голени. Укрепление опорно-двигательного аппарата, мышц связок. Упражнения на расслабление мышц. Совершенствование техники беговых видов лёгкой атлетики

Тема 2. Контрольные нормативы (2 ч.)

Основная задача контрольных нормативов заключается в определении уровня подготовленности по основным физическим качествам студентов на начало четвертого года обучения в учебно-тренировочной группе: бег 100 м, с; бег 1000 м; бег 2000 и 3000 м;

прыжки со скакалкой кол-во раз за 30 сек.; сгибание-разгибание рук в упоре лежа (дев.), кол-во раз; поднимание туловища из положения лежа на спине, кол-во раз за 1 минуту; подтягивание из виса на высокой перекладине (юн.), кол-во раз; прыжок в длину с места, см; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи), см.

Модуль 14. Спортивные соревнования (4 ч.).

Тема 1. Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике (2 ч.)

Подготовка и участие студентов, специализирующихся в легкоатлетических видах в соревнованиях различного уровня (согласно плана работы и календаря соревнований).

Тема 2. Развитие основных физических качеств. Специальные беговые и прыжковые упражнения (4 ч.)

Упражнения для развития силы с партнёром и без партнёра. Упражнения для развития ловкости, быстроты и координации движений: ускорения, бег и прыжки со сменой темпа и направления движения. Подводящие специальные беговые и прыжковые упражнения позволяющие сформировать представление о рациональной школе движений и правильной техники легкоатлетических видов. (Специальные беговые упражнения: подскоки, многоскоки, бег с захлестом голени, бег на прямых ногах, бег с высоким подниманием бедра и т.п.). Игры малой, средней и большой подвижности с элементами легкой атлетики.

Тема 6-10. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции (10 ч.)

Анализ техники (характеристика составных частей): старт и стартовое ускорение, бег по дистанции, финиш и остановка после бега Кинематические и динамические параметры техники бега на различные дистанции. Критерии оценки техники бега. Специальные упражнения для освоения техники кроссового бега Методика совершенствования техники кроссового бега Специальные упражнения для освоения техники бега с препятствиями и развития специальной выносливости бегунов на длинные дистанции. Практическое применение студентами полученных методических знаний. Совершенствование техники бега на средние дистанции (кроссовый бег).

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Второй триместр (64 ч.)

Модуль 1. Основы знаний по легкой атлетике (22 ч.)

Вид СРС: *Работа с электронными ресурсами и информационными системами

Изучите учебно-методическую литературу по вопросам физической культуры и спорта. Составьте список источников за последние 5 лет.

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе.

Тема 10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Модуль 2. Техника бега на короткие и длинные дистанции (22 ч.)

Вид СРС: *Работа с электронными ресурсами и информационными системами

Изучите учебно-методическую литературу по вопросам физической культуры и спорта. Составьте список источников за последние 5 лет.

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе.

Тема 10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Пятый триместр (24 ч.)

Модуль 3. Техника толкания ядра (12 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Формы организации физического воспитания школьников.

Тема 2. Методы физического воспитания.

Тема 3. Дидактические принципы физического воспитания. Понятия и термины.

Тема 4. Физические качества.

Тема 5. Принципы сознательности и активности.

Тема 6. Принцип прочности.

Тема 7. Принцип индивидуализации.

Тема 8. Принцип наглядности. Принцип доступности.

Тема 9. Методы физического воспитания. Словесные методы. Использование методов демонстрации. Методы разучивания упражнений.

Тема 10. Методы совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств. Игровой и соревновательный методы в системе физического воспитания.

Модуль 4. Техника метаний (12 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 10. Методика подбора средств для решения задач ППФП. Планирование программного материала и определение зачетных требований по ППФП.

Тема 11. Физическая культура в образе жизни студентов. Физическая культура в системе обучения и воспитания будущих специалистов.

Тема 12. Физическая культура в студенческом общежитии.

Тема 13. Студенческие спортивно-оздоровительные лагеря.

Тема 14. Основы гигиены массовой физической культуры.

Тема 15. Урок физической культуры – основная форма физического воспитания школьников.

Тема 16. Характеристика внеурочных форм занятий в школе.

Тема 17. Физическое воспитание в детском лагере отдыха. Роль семьи в физическом воспитании детей.

Шестой триместр (24 ч.)

Модуль 5. Техника барьерного бега (12 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Методическая разработка учебного занятия

Подготовьте план-конспект учебного занятия по волейболу для учащихся 6 класса.

Подготовьте план-конспект учебного занятия по волейболу для учащихся 8 класса.

Подготовьте план-конспект учебного занятия по волейболу для учащихся 10 класса.

Составьте педагогический анализ учебного занятия.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Научно-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов:

– значение и роль ППФП в формировании компетенций специалистов педагогической направленности;

– место и роль ППФП в системе научной организации труда (НОТ).

Тема 2. Психофизиологические основы Нот и их значение при определении содержания ППФП.

Тема 3. Психофизические предпосылки профессионального обучения и подготовки к трудовой деятельности. Психофизиологическое обоснование рационального режима труда и отдыха.

Тема 4. Некоторые вопросы физиологии и психологии труда в связи с современным прогрессом производства. Педагогические основы ППФП. Методические основы обучения прикладным двигательным умениям и навыкам.

Тема 5. Методические основы акцентированного воспитания физических качеств в процессе ППФП.

Тема 6. Комплексное формирование и воспитание прикладных умений, навыков, физических и специальных качеств.

Тема 7. Организационные основы ППФП студентов. Определение содержания ППФП. Основные методы исследований.

Определение основных требований и содержания ППФП по материалам исследований.

Тема 8. Организационные и методологические проблемы научно-методического обоснования содержания ППФП. Организация и методика проведения ППФП.

Модуль 6. Техника прыжка в длину с места (12 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Методическая разработка учебного занятия

Подготовьте план-конспект учебного занятия по баскетболу для учащихся 6 класса.

Подготовьте план-конспект учебного занятия по баскетболу для учащихся 8 класса.

Подготовьте план-конспект учебного занятия по баскетболу для учащихся 10 класса.

Составьте педагогический анализ учебного занятия.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Научно-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов:

- значение и роль ППФП в формировании компетенций специалистов педагогической направленности;

- место и роль ППФП в системе научной организации труда (НОТ).

Тема 2. Психофизиологические основы Нот и их значение при определении содержания ППФП.

Тема 3. Психофизические предпосылки профессионального обучения и подготовки к трудовой деятельности. Психофизиологическое обоснование рационального режима труда и отдыха.

Тема 4. Некоторые вопросы физиологии и психологии труда в связи с современным прогрессом производства. Педагогические основы ППФП. Методические основы обучения прикладным двигательным умениям и навыкам.

Тема 5. Методические основы акцентированного воспитания физических качеств в процессе ППФП.

Тема 6. Комплексное формирование и воспитание прикладных умений, навыков, физических и специальных качеств.

Тема 7. Организационные основы ППФП студентов. Определение содержания ППФП. Основные методы исследований.

Определение основных требований и содержания ППФП по материалам исследований.

Тема 8. Организационные и методологические проблемы научно-методического обоснования содержания ППФП. Организация и методика проведения ППФП.

Восьмой триместр (26 ч.)

Модуль 7. Техника метания копья (13 ч.)

Вид СРС: *Работа с электронными ресурсами и информационными системами

Изучите учебно-методическую литературу по вопросам физической культуры и спорта. Составьте список источников за последние 5 лет.

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе.

Тема 10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Модуль 8. Техника прыжка в длину с разбега (13 ч.)

Вид СРС: *Работа с электронными ресурсами и информационными системами

Изучите учебно-методическую литературу по вопросам физической культуры и спорта. Составьте список источников за последние 5 лет.

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе.

Тема 10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Девятый триместр (24 ч.)

Модуль 9. Техника прыжка в высоту с разбега (12 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

- Тема 1. Формы организации физического воспитания школьников.
Тема 2. Методы физического воспитания.
Тема 3. Дидактические принципы физического воспитания. Понятия и термины.
Тема 4. Физические качества.
Тема 5. Принципы сознательности и активности.
Тема 6. Принцип прочности.
Тема 7. Принцип индивидуализации.
Тема 8. Принцип наглядности. Принцип доступности.
Тема 9. Методы физического воспитания. Словесные методы. Использование методов демонстрации. Методы разучивания упражнений.
Тема 10. Методы совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств. Игровой и соревновательный методы в системе физического воспитания.

Модуль 10. Специальные беговые упражнения (12 ч.)

- Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

- Тема 10. Методика подбора средств для решения задач ППФП. Планирование программного материала и определение зачетных требований по ППФП.
Тема 11. Физическая культура в образе жизни студентов. Физическая культура в системе обучения и воспитания будущих специалистов.
Тема 12. Физическая культура в студенческом общежитии.
Тема 13. Студенческие спортивно-оздоровительные лагеря.
Тема 14. Основы гигиены массовой физической культуры.
Тема 15. Урок физической культуры – основная форма физического воспитания школьников.
Тема 16. Характеристика внеурочных форм занятий в школе.
Тема 17. Физическое воспитание в детском лагере отдыха. Роль семьи в физическом воспитании детей.

Одиннадцатый триместр (26 ч.)

Модуль 11. Специальные прыжковые упражнения (13 ч.)

- Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.
Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Методическая разработка учебного занятия

Подготовьте план-конспект учебного занятия по волейболу для учащихся 6 класса.

Подготовьте план-конспект учебного занятия по волейболу для учащихся 8 класса.

Подготовьте план-конспект учебного занятия по волейболу для учащихся 10 класса.
Составьте педагогический анализ учебного занятия.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Научно-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов:

– значение и роль ППФП в формировании компетенций специалистов педагогической направленности;

– место и роль ППФП в системе научной организации труда (НОТ).

Тема 2. Психофизиологические основы НОТ и их значение при определении содержания ППФП.

Тема 3. Психофизические предпосылки профессионального обучения и подготовки к трудовой деятельности. Психофизиологическое обоснование рационального режима труда и отдыха.

Тема 4. Некоторые вопросы физиологии и психологии труда в связи с современным прогрессом производства. Педагогические основы ППФП. Методические основы обучения прикладным двигательным умениям и навыкам.

Тема 5. Методические основы акцентированного воспитания физических качеств в процессе ППФП.

Тема 6. Комплексное формирование и воспитание прикладных умений, навыков, физических и специальных качеств.

Тема 7. Организационные основы ППФП студентов. Определение содержания ППФП. Основные методы исследований.

Определение основных требований и содержания ППФП по материалам исследований.

Тема 8. Организационные и методологические проблемы научно-методического обоснования содержания ППФП. Организация и методика проведения ППФП.

Модуль 12. Кроссовая подготовка (13 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Методическая разработка учебного занятия

Подготовьте план-конспект учебного занятия по баскетболу для учащихся 6 класса.

Подготовьте план-конспект учебного занятия по баскетболу для учащихся 8 класса.

Подготовьте план-конспект учебного занятия по баскетболу для учащихся 10 класса.

Составьте педагогический анализ учебного занятия.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Научно-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов:

– значение и роль ППФП в формировании компетенций специалистов педагогической направленности;

– место и роль ППФП в системе научной организации труда (НОТ).

Тема 2. Психофизиологические основы Нот и их значение при определении содержания ППФП.

Тема 3. Психофизические предпосылки профессионального обучения и подготовки к трудовой деятельности. Психофизиологическое обоснование рационального режима труда и отдыха.

Тема 4. Некоторые вопросы физиологии и психологии труда в связи с современным прогрессом производства. Педагогические основы ППФП. Методические основы обучения прикладным двигательным умениям и навыкам.

Тема 5. Методические основы акцентированного воспитания физических качеств в процессе ППФП.

Тема 6. Комплексное формирование и воспитание прикладных умений, навыков, физических и специальных качеств.

Тема 7. Организационные основы ППФП студентов. Определение содержания ППФП. Основные методы исследований.

Определение основных требований и содержания ППФП по материалам исследований.

Тема 8. Организационные и методологические проблемы научно-методического обоснования содержания ППФП. Организация и методика проведения ППФП.

Двенадцатый триместр (64 ч.)

Модуль 13. Специальная физическая и техническая подготовка (32 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 1. Формы организации физического воспитания школьников.

Тема 2. Методы физического воспитания.

Тема 3. Дидактические принципы физического воспитания. Понятия и термины.

Тема 4. Физические качества.

Тема 5. Принципы сознательности и активности.

Тема 6. Принцип прочности.

Тема 7. Принцип индивидуализации.

Тема 8. Принцип наглядности. Принцип доступности.

Тема 9. Методы физического воспитания. Словесные методы. Использование методов демонстрации. Методы разучивания упражнений.

Тема 10. Методы совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств. Игровой и соревновательный методы в системе физического воспитания.

Модуль 14. Спортивные соревнования (32 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к выполнению контрольных нормативов

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие выносливости.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие быстроты.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие силы.

Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие гибкости.
 Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы письменных работ:

Тема 10. Методика подбора средств для решения задач ППФП. Планирование программного материала и определение зачетных требований по ППФП.

Тема 11. Физическая культура в образе жизни студентов. Физическая культура в системе обучения и воспитания будущих специалистов.

Тема 12. Физическая культура в студенческом общежитии.

Тема 13. Студенческие спортивно-оздоровительные лагеря.

Тема 14. Основы гигиены массовой физической культуры.

Тема 15. Урок физической культуры – основная форма физического воспитания школьников.

Тема 16. Характеристика внеурочных форм занятий в школе.

Тема 17. Физическое воспитание в детском лагере отдыха. Роль семьи в физическом воспитании детей.

Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства по дисциплине

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
ПК-14 способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности. тренерская деятельность			
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 понимать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.

Не способен определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но бессистемно определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Способен в полном объеме определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
ПК-15. способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму тренерская деятельность			
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 отбирает и формирует 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 отбирает и формирует 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.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Зачет	
Повышенный	зачтено	90 – 100%
Базовый	зачтено	76 – 89%
Пороговый	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	не зачтено	Ниже 60%

8.3. 8.3. Вопросы для промежуточной аттестации

2, 5,6,8,9,11,12 триместр (Зачет, ПК-14, ПК-15)

Типовые вопросы к зачету

1. Сформулируйте понятия: предмет, цели, задачи и содержание физического воспитания.
2. Перечислите основные понятия физической культуры.
3. Расскажите историю развития физической культуры и спорта от зарождения до наших дней.
4. Раскройте понятие «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра».
5. Расскажите историю возникновения и развития легкой атлетики в мире и России.

6. Расскажите о здоровье человека как ценности. Факторах, определяющих здоровье.
7. Сформулируйте понятие «Здоровый образ жизни и его составляющие».
8. Определите мотивы формирования здорового образа жизни.
9. Назовите физические качества человека. Дайте им определение.
10. Дайте характеристику методическим особенностям воспитания основных физических качеств для укрепления и сохранения здоровья занимающихся
11. Расскажите о силовых способностях человека и методах их воспитания.
12. Расскажите о физическом качестве «выносливость» и методах ее воспитания.
13. Расскажите о физическом качестве «быстрота» и методах ее воспитания.
14. Расскажите о физическом качестве «гибкость» и методах ее воспитания.
15. Расскажите о физическом качестве «ловкость» и методах ее воспитания.
16. Расскажите об организме человека как единой биологической системе. Функциональные системы организма человека.
17. Охарактеризуйте классификацию специальных беговых и прыжковых упражнений, технику выполнения, их избирательное воздействие на опорно-двигательный аппарат и условия выполнения.
18. Проанализируйте классификацию спринтерских дистанций видов легкой атлетики, терминологию; кинематические и динамические параметры техники бега на короткие дистанции.
19. Проанализируйте классификацию бега на средние и длинные дистанции, терминологию; кинематические и динамические параметры техники бега на средние дистанции.
20. Охарактеризуйте технические особенности толкания ядра.
21. Охарактеризуйте особенности техники эстафетный бега.
22. Охарактеризуйте технические особенности прыжка в длину с разбега.
23. Охарактеризуйте технические особенности бега на короткие, средние и длинные дистанции.
24. Охарактеризуйте особенности своего физического здоровья и способы его сохранения и укрепления
25. Расскажите о средствах физического воспитания.
26. Дайте характеристику методам физического воспитания.
27. Расскажите о структуре учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике.
28. Раскройте содержание частей учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике.
29. Расскажите историю возникновения ВФСК «ГТО» и современное развитие Комплекса.
30. Расскажите о правилах организации и проведения соревнований по легкой атлетике в учебных заведениях различного типа.

Контрольные нормативы по легкой атлетике (сдаются в начале и конце каждого семестра)

№ п/п	Контрольный норматив	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
Девушки						
1.	Бег 100 м, с.	16,5 и ниже	17,0	17,5	18,0	18,5 и выше
2.	Бег 1000 м, мин, с.	4.40,0 и ниже	5.40,0	6.10,0	6.40,0	7.00,0 и выше
3.	Бег 2000 м, мин, с	10.30,0 и ниже	11.15,0	11.35,0	12.00,0	12.30,0 и

						выше
4.	Прыжок в длину с места, см.	195 и выше	180	170	160	150 и ниже
5.	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	14 и выше	12	10	8	5 и ниже
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине, кол-во раз за 1 мин.	47 и выше	40	34	28	20 и ниже
7.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи), см.	16 и выше	11	8	5	3 и ниже
8.	Прыжки со скакалкой, кол-во раз за 30 с.	85 и выше	75	65	55	54 и ниже
<i>Юноши</i>						
1.	Бег 100 м, с.	13,5 и ниже	14,8	15,1	15,5	15,8 и выше
2.	Бег 1000 м, мин, с.	3.50,0 и ниже	4.30,0	5.10,0	5.30,0	6.00,0 и выше
3.	Бег 3000 м, мин, с.	12.30,0 и ниже	13.30,0	14.00,0	14.30,0	15.00,0 и выше
4.	Прыжок в длину с места, см.	240 и выше	230	215	205	200 и ниже
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине, кол-во раз	13 и выше	10	9	7	5 и ниже
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине, кол-во раз за 1 мин.	52 и выше	45	39	33	25 и ниже
7.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи), см.	13 и выше	7	6	4	2 и ниже
8.	Прыжки со скакалкой, кол-во раз за 30 с.	80 и выше	70	60	50	49 и ниже

Темы письменных работ

1. Охарактеризуйте социальную значимость физической культуры и спорта. Опишите основные направления деятельности сферы физической культуры и спорта.

2. Дайте характеристику понятию «здоровье». Опишите здоровье человека как ценность. Охарактеризуйте факторы, его определяющие.

3. Охарактеризуйте средства и методы физического воспитания. Перечислите средства физической культуры, направленных на повышение физической подготовленности и функциональных возможностей организма.

4. Охарактеризуйте основные методы и принципы физического воспитания. Опишите общепедагогические и специфические методы физического воспитания. Раскройте содержание дидактических принципов физического воспитания.

5. Дайте характеристику понятию «спорт». Опишите основные направления развития спорта: «массовый спорт» и «спорт высших достижений».

6. Раскройте современные подходы к организации занятий физической культурой. Опишите основные технологии.

7. Охарактеризуйте функциональные системы организма. Опишите физиологические состояния организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.

8. Дайте характеристику понятию «двигательный режим». Опишите методику составления индивидуальных оздоровительных и тренировочных программ по избранному виду физической активности (на выбор).

9. Опишите понятие «Физическая подготовленность студента». Дайте характеристику показателям определения нагрузки при занятиях физическими упражнениями: частота сердечных сокращений, артериальное давление, жизненный объем легких и частота дыхания.

10. Опишите правила проведения соревнований и организации судейства по виду спорта (на выбор). Опишите виды соревнований, права и обязанности участников, обязанности судей и судейской коллегии.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет позволяет оценить сформированность общепрофессиональных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, готовность к практической деятельности, приобретенные навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических 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 ответа) 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.

Тесты (контрольные нормативы)

При определении уровня достижений студентов при выполнении контрольных нормативов необходимо обращать особое внимание на следующее:

- показано понимание индивидуальной степени состояния здоровья и физического развития;
- умение выбирать соответствующие физические упражнения для определения уровня сформированности своей физической подготовленности;
- задание выполнено с соблюдением методических требований к выполнению;
- показан оценочный результат при выполнении;
- выполнение задания теоретически обосновано.

Письменная 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 (модулю 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.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Легкая атлетика : учебное пособие : [16+] / А.П. Кизько, Л.Г. Забелина, А.В. Тертычный, В.А. Косарев ; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2018. – 156 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576711> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7782-3652. – Текст : электронный.

2. Шамрай, С.Д. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью ; Высшая школа народных искусств (институт). – Санкт-Петербург : Высшая школа народных искусств, 2016. – 106 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657>

3. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : [16+] / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с. : ил. – Режим доступа: по подписке: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>

4. Тверских, В.В. Физическая культура: учебно-тренировочные занятия (элективный курс «Общая физическая подготовка»): учебно-методический комплекс. Рабочая программа для студентов 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки : [16+] / В.В. Тверских ; отв. ред. И.В. Манжелей ; Тюменский государственный университет. – Тюмень : Тюменский государственный университет, 2016. – 38 с. : ил. – Режим доступа: по подписке: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574256>.

5. Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход : [16+] / И.В. Манжелей, Е.А. Симонова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 183 с. : ил. – Режим доступа: по подписке: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912>.

Дополнительная литература

1. Николаев, В. С. Двигательная активность и здоровье человека (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки) : учебное пособие / В. С. Николаев, А. А. Щанкин; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2011. – 79 с.

2. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта [текст] : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 10-е изд., испр. – М. : Академия, 2012. – 479 с.

3. Федотова, Г. Г. Физическое воспитание детей и подростков в современной общеобразовательной школе : монография / Г. Г. Федотова ; Мордов. гос. пед. ин-т. Саранск, 2015. 270 с.

4. Черепяхин, Д. А. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата средствами атлетической гимнастики : учеб. пособие / Д. А. Черепяхин, А. А. Щанкин ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2011. – 91 с.

5. Шиндина, И. В. Теория и методика физической культуры и спорта: учебн. пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2014. – 210 с.

6. Шуняева, Е. А. Особенности организации и проведения занятий по физической культуре со студентами специальной медицинской группы (программа и методические рекомендации) / Е. А. Шуняева ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2012. – 53 с.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577> – Теория и методика физической культуры. Избранные лекции. Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет.
2. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945> – Физическая культура : учебное пособие. Е.Л. Чеснова.

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины

Для максимального изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика)» необходимо обратить внимание студентов на то, что:

- учебный процесс организуется в соответствии с требованиями балльно-рейтинговой системы (БРС) оценки успеваемости студентов;
- сущностью БРС является изучение учебного материала отдельными блоками с оценкой знаний обучающегося в виде суммы баллов за каждый из них;
- необходимо активное посещение всех занятий данной дисциплины, чтобы ее эффективно освоить;
- практические занятия направлены на изучение основ технической и тактической подготовки по виду спорта легкая атлетика с помощью использования специальных тренировочных упражнений, на совершенствование спортивных навыков, улучшения физического состояния и здоровья;
- на каждом занятии к студентам предъявляются требования в соблюдении опрятного внешнего вида, наличию соответствующей одежды и обуви для занятий физическими упражнениями, чистоты и порядка, бережного отношения к оборудованию и инвентарю, правил поведения при выполнении физических упражнений;
- преподаватель систематически контролирует уровень физической подготовленности занимающихся, учитывая данные медицинских осмотров и результаты тестирования;
- тестирование уровня физической подготовленности проводится не реже двух раз в год;
- для дополнительного источника информации по дисциплине необходимо использовать интернет-ресурсы.

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 информационных справочных систем

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

Спортивный зал общей физической подготовки.

Основное оборудование:

Палочки эстафетные; барьеры легкоатлетические; ядра для толкания легкоатлетические; мячи для метания; обручи гимнастические; стенка гимнастическая шведская (дерево); маты гимнастические; мячи футбольные; мячи баскетбольные; мячи волейбольные; сетка волейбольная; скамейки гимнастические; перекладина; секундомер, рулетка измерительная; аптечка.

Спортивный зал общей физической подготовки.

Основное оборудование:

Палочки эстафетные; ядра для толкания легкоатлетические; копья легкоатлетические; мячи и гранаты для метания; мячи набивные; эспандеры; обручи гимнастические; стенка гимнастическая шведская (дерево); маты гимнастические; мячи футбольные; мячи баскетбольные; мячи волейбольные; сетка волейбольная; скамейки гимнастические; перекладина; секундомер, рулетка измерительная; аптечка.

Универсальный спортивный зал № 204

Основное оборудование:

Стойки для прыжков в высоту, планки для прыжков в высоту, маты гимнастические; конусы разделительные; ядра для толкания 3,5 (ж), ядра для толкания 5,5 (м); палочки эстафетные; барьеры легкоатлетические; копья легкоатлетические; колодки спринтерские; мячи и гранаты для метания; мячи набивные; обручи гимнастические; мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, мячи для мини-футбола, мячи футбольные, мячи гандбольные "Winner"; секундомер, рулетка измерительная; аптечка.

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

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

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn-8sbldzaczacvuc0jbg.xn-80abucjiibhv9a.xn-p1ai/opendata/>)
2. Профессиональная база данных «Портал открытых данных Министерства культуры Российской Федерации» (<http://opendata.mkrf.ru/>)
3. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипль-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.

Помещение для самостоятельной работы.

Читальный зал электронных ресурсов.

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

Спортивный зал общей физической подготовки.

Основное оборудование:

Палочки эстафетные; барьеры легкоатлетические; ядра для толкания легкоатлетические; мячи для метания; обручи гимнастические; стенка гимнастическая шведская (дерево); маты гимнастические; мячи футбольные; мячи баскетбольные; мячи волейбольные; сетка волейбольная; скамейки гимнастические; перекладина; секундомер, рулетка измерительная; аптечка.

Спортивный зал общей физической подготовки.

Основное оборудование:

Палочки эстафетные; ядра для толкания легкоатлетические; копья легкоатлетические; мячи и гранаты для метания; мячи набивные; эспандеры; обручи гимнастические; стенка гимнастическая шведская (дерево); маты гимнастические; мячи футбольные; мячи баскетбольные; мячи волейбольные; сетка волейбольная; скамейки гимнастические; перекладина; секундомер, рулетка измерительная; аптечка.

Универсальный спортивный зал № 204

Основное оборудование:

Стойки для прыжков в высоту, планки для прыжков в высоту, маты гимнастические; конусы разделительные; ядра для толкания 3,5 (ж), ядра для толкания 5,5 (м); палочки эстафетные; барьеры легкоатлетические; копья легкоатлетические; колодки спринтерские; мячи и гранаты для метания; мячи набивные; обручи гимнастические; мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, мячи для мини-футбола, мячи гандбольные "Winner"; секундомер, рулетка измерительная; аптечка.

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 12 шт., мультимедийный проектор 1 шт., многофункциональное устройство 1 шт., принтер 1 шт.).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипль-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.

Помещение для самостоятельной работы.

Читальный зал электронных ресурсов.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 12 шт., мультимедийный проектор 1 шт., многофункциональное устройство 1 шт., принтер 1 шт.).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.