

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

УТВЕРЖДАЮ

проректор по образовательной и
международной деятельности

_____ С.П. Волохов

ПРЕДМЕТНО- МЕТОДИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ
Легкая атлетика с методикой преподавания
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Спортивных дисциплин**

Учебный план zФК44.03.01-2022.plx
44.03.01 Педагогическое образование

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **10 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	360
в том числе:	
аудиторные занятия	30
самостоятельная работа	300
часов на контроль	26

Виды контроля на курсах:

экзамены 1, 2

зачеты 1, 2

Программу составил(и):

дпн, Зав.каф., Крайник В.Л. _____

Рабочая программа дисциплины

Легкая атлетика с методикой преподавания

разработана на основании ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана 44.03.01 Педагогическое образование (Уровень: бакалавриат; квалификация: бакалавр), утвержденного Учёным советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от 25.04.2022, протокол № 9.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Спортивных дисциплин

Протокол № 7 от 16.03.2022 г.

Срок действия программы: 2022-2026 уч.г.

Зав. кафедрой Крайник Виктор Леонидович

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		2		Итого	
Вид занятий	уп	рп	уп	рп		
Лекции	4	4	2	2	6	6
Практические	10	10	14	14	24	24
КСР	2	2	2	2	4	4
Итого ауд.	14	14	16	16	30	30
Контактная работа	16	16	18	18	34	34
Сам. работа	151	151	149	149	300	300
Часы на контроль	13	13	13	13	26	26
Итого	180	180	180	180	360	360

1.1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1.1	Освоение технологии профессиональной деятельности бакалавра педагогического образования по профилю «Физическая культура» на основе специфики дисциплины «Лёгкая атлетика и методика преподавания».

1.2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.2.1	- формирование профессиональных знаний педагога по физической культуре в процессе обучения лёгкой атлетике;
1.2.2	- формирование комплекса двигательных навыков и физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности педагога по физической культуре;
1.2.3	- формирование умений и навыков учебно-методической деятельности в области легкой атлетики.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	К.М.07
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по физической культуре в объёме программы средней школы.
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Спортивная подготовка
2.2.2	Учебная практика: ознакомительная практика (педагогическая)
2.2.3	Производственная практика: педагогическая практика
2.2.4	Учебная практика: технологическая (проектно-технологическая) практика
2.2.5	Учебная практика: ознакомительная практика (организация спортивных соревнований)

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
ПК-1.1: Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).	
ПК-1.2: Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.	
ПК-1.3: Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.	
ПК-8.3: Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями.	
ПК-8.2: Формирует средства контроля качества учебно-воспитательного процесса.	
ПК-8.1: Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.	
ОПК-8.2: Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания предметной области, психолого-педагогические знания и научно-обоснованные закономерности организации образовательного процесса.	
УК-7.1: Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	
УК-7.2: Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	основные этапы развития легкой атлетики в России и влияние достижений отечественных спортсменов на развитие легкой атлетики в мире; роль легкой атлетики как эффективного средства физической культуры и спорта; дидактические закономерности в легкой атлетике; о возрастно-половых особенностях развития физических качеств и формирования двигательных навыков в легкой атлетике; методы и организацию комплексного контроля на занятиях легкой атлетикой; основы учебно-методической деятельности в сфере легкой атлетики.
3.2	Уметь:

3.2.1	использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям, развития физических качеств в процессе занятий легкой атлетикой; планировать и проводить основные виды физкультурно-оздоровительных занятий легкоатлетической направленности с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий; анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий легкоатлетической направленности; осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения легкоатлетических занятий; организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки на основе легкой атлетики; использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий; применять средства и методы формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых; применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; организовывать и проводить соревнования по легкой атлетике для детей, подростков, взрослых и спортсменов различной квалификации; применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности; оказать первую помощь при травмах в процессе выполнения физических упражнений; определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.
3.3	Владеть:
3.3.1	методикой обучения видам лёгкой атлетики; методикой оздоровительных физкультурно-спортивных занятий легкоатлетической направленности с различными возрастными группами населения.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
	Раздел 1. Определение и содержание лёгкой атлетики				
1.1	Лёгкая атлетика как вид спорта и учебная дисциплина. Методика обучения видам лёгкой атлетики. /Лек/	1	4	ПК-1.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
	Раздел 2. Многоборная подготовка				
2.1	Низкий старт и стартовый разгон /Пр/	1	2	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.2	Низкий старт и стартовый разгон /Ср/	1	36	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.3	Эстафетный бег /Пр/	1	2	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.4	Эстафетный бег /Ср/	1	37	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.5	Метание мяча /Пр/	1	2	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.6	Метание мяча /Ср/	1	26	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.7	Прыжок в высоту /Пр/	1	2	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.8	Прыжок в высоту /Ср/	1	26	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.9	Прыжок в длину /Пр/	1	2	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7

2.10	Лёгкая атлетика с методикой преподавания /Зачёт/	1	6	УК-7.1 УК-7.2 ОПК-8.2 ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.11	Прыжок в длину /Ср/	1	26	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.12	Лёгкая атлетика с методикой преподавания /Экзамен/	1	7	УК-7.1 УК-7.2 ОПК-8.2 ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.13	Толкание ядра /Пр/	2	2	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.14	Толкание ядра /Ср/	2	30	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.15	Метание диска /Пр/	2	4	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.16	Метание диска /Ср/	2	30	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.17	Метание копья /Пр/	2	2	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.18	Метание копья /Ср/	2	30	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.19	Бег с барьерами /Пр/	2	4	ОПК-8.2 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
2.20	Бег с барьерами /Ср/	2	30	УК-7.1 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
	Раздел 3. Урок лёгкой атлетики в школе				
3.1	Подготовка и проведение урока лёгкой атлетики в школе /Лек/	2	2	ПК-1.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
3.2	Проведение урока лёгкой атлетики /Пр/	2	2	УК-7.1 УК-7.2 ОПК-8.2 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
3.3	Проведение урока лёгкой атлетики /Ср/	2	29	УК-7.1 УК-7.2 ОПК-8.2 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7

3.4	Лёгкая атлетика с методикой преподавания /Зачёт/	2	6	УК-7.1 УК-7.2 ОПК-8.2 ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7
3.5	Лёгкая атлетика с методикой преподавания /Экзамен/	2	7	УК-7.1 УК-7.2 ОПК-8.2 ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.3 ПК-8.1 ПК-8.2 ПК-8.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Перечень индикаторов достижения компетенций, форм контроля и оценочных средств

Индикаторы сформированности компетенций и оценочные средства

Результаты обучения

Формы контроля

ИОПК-1.1 Демонстрирует знание в области планирования содержания тренировочных занятий, ориентируясь на общие положения теории и методики физической культуры и спорта, а также требований федеральных стандартов и программ

ИОПК-1.2 Способен определять средства, методы и формы проведения занятий с учетом психологических, анатомо-морфологических особенностей занимающихся, их возраста и пола

ИОПК-1.3 Способен устанавливать оптимальные параметры нагрузки, исходя из физиологической задачи тренировочного занятия

ИОПК-3.1 Демонстрирует специальные научные знания в физкультурно-спортивной и педагогической деятельности

ИОПК-3.2 Понимает особенности построения процесса спортивной подготовки по видам спорта

ИОПК-3.3 Подбирает средства и методы в соответствии с задачами спортивной подготовки

ИОПК-4.3 Способен организовать участие спортсменов в соревнованиях и осуществлять контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур

ИОПК-6.2 Реализует специальные подходы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации в спорте

ИОПК-7.1 Демонстрирует знание требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм эксплуатации спортивных сооружений, инвентаря и оборудования

ИОПК-7.2 Осуществляет инструктирование по правилам техники безопасности, основам личной гигиены и гигиены спортивной экипировки при проведении спортивно-тренировочных мероприятий по видам спорта

ИОПК-13.1 Демонстрирует знание положений, правил и регламента проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта, спортивной дисциплине.

ИОПК-13.2 Демонстрирует знание правил вида спорта, в том числе контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур

ИОПК-13.3 Понимает требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией

ИПК-1.1 Способен реализовать систему комплексных мер по отбору и оценке перспективности в достижении спортивных результатов на различных этапах совершенствования спортивного мастерства

ИПК-1.2 Способен осуществлять планирование, учет, анализ и коррекцию результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства

ИПК-1.3 Готов проводить тренировочные занятия с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)

ИПК-1.4 Способен управлять соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

ИПК-2.1 Способен проводить анализ новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью

ИПК-2.2 Способен разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, в том числе в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов

ИПК-2.3 Способен организовать систематический контроль и оценку готовности занимающихся к соревновательной деятельности, выявлять проблемы в организации спортивной работы и вносить коррективы в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов

Знает: основные этапы развития легкой атлетики в России и влияние достижений отечественных спортсменов на развитие легкой атлетики в мире; роль легкой атлетики как эффективного средства физической культуры и спорта; дидактические закономерности в легкой атлетике; о возрастно-половых особенностях развития физических качеств и формирования двигательных навыков в легкой атлетике; методы и организацию комплексного контроля на занятиях легкой атлетикой; основы учебно-методической деятельности в

сфере легкой атлетики.

Вопросы для устного опроса

Вопросы к зачёту

Вопросы к экзамену

Умеет: использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям, развития физических качеств в процессе занятий легкой атлетикой; планировать и проводить основные виды физкультурно-оздоровительных занятий легкоатлетической направленности с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий; анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий легкоатлетической направленности; осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения легкоатлетических занятий; организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам спортивной тренировки на основе легкой атлетики; использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий; применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в тренировочном процессе; организовывать и проводить соревнования по легкой атлетике для детей, подростков, взрослых и спортсменов различной квалификации; применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности; оказывать первую помощь при травмах в процессе выполнения физических упражнений; определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Контрольные упражнения и задания

Владеет: методикой обучения видам лёгкой атлетики; методикой подготовки спортсменов в легкой атлетике.

Контрольные упражнения и задания

5.2. Технологическая карта достижения индикаторов

Перечень индикаторов компетенций	Виды учебной работы	Формы контроля и оценочные средства	Баллы
Курс 1			
ИОПК-1.1			
ИОПК-13.1			
ИОПК-13.2			
ИОПК-13.3			
ИОПК-3.1			
ИОПК-3.2	Лекционные занятия	Вопросы для устного опроса	10
ИОПК-1.2			
ИОПК-1.3			
ИОПК-3.3			
ИОПК-4.3			
ИОПК-6.2			
ИОПК-7.1			
ИОПК-7.2			
ИПК-1.1			
ИПК-1.2			
ИПК-1.3			
ИПК-1.4	Практические занятия	Контрольные упражнения и задания	60
ИОПК-7.1			
ИОПК-7.2			
ИОПК-13.1			
ИОПК-13.2	Самостоятельная работа	Вопросы для устного опроса	
Контрольные упражнения и задания			10
ИПК-2.1			
ИПК-2.2			
ИПК-2.3	Зачет	Вопросы к зачёту	20
Всего	100		
Курс 2			
ИОПК-1.1			
ИОПК-13.1			
ИОПК-13.2			
ИОПК-13.3			
ИОПК-3.1			
ИОПК-3.2	Лекционные занятия	Вопросы для устного опроса	10
ИОПК-1.2			
ИОПК-1.3			
ИОПК-3.3			

ИОПК-4.3			
ИОПК-6.2			
ИОПК-7.1			
ИОПК-7.2			
ИПК-1.1			
ИПК-1.2			
ИПК-1.3			
ИПК-1.4	Практические		
занятия	Контрольные упражнения и задания	60	
ИОПК-7.1			
ИОПК-7.2			
ИОПК-13.1			
ИОПК-13.2	Самостоятельная		
работа	Вопросы для устного опроса		
Контрольные упражнения и задания		10	
ИПК-2.1			
ИПК-2.2			
ИПК-2.3	Зачет	Вопросы к зачёту	20
Всего	100		
Курс 3			
ИОПК-1.1			
ИОПК-13.1			
ИОПК-13.2			
ИОПК-13.3			
ИОПК-3.1			
ИОПК-3.2	Лекционные		
занятия	Вопросы для устного опроса	10	
ИОПК-1.2			
ИОПК-1.3			
ИОПК-3.3			
ИОПК-4.3			
ИОПК-6.2			
ИОПК-7.1			
ИОПК-7.2			
ИПК-1.1			
ИПК-1.2			
ИПК-1.3			
ИПК-1.4	Практические		
занятия	Контрольные упражнения и задания	50	
ИОПК-7.1			
ИОПК-7.2			
ИОПК-13.1			
ИОПК-13.2	Самостоятельная		
работа	Вопросы для устного опроса		
Контрольные упражнения и задания		10	
ИПК-2.1			
ИПК-2.2			
ИПК-2.3	Экзамен	Вопросы к экзамену	30
Всего	100		

5.3. Формы контроля и оценочные средства

КУРС 1

3.1. Вопросы для устного опроса:

1. Перечислите основные виды легкой атлетики и разновидности бега, прыжков, метаний, ходьбы и многоборий.
2. Какова роль и значение легкой атлетики в системе физического воспитания?
3. В чем состоит оздоровительное, воспитательное, образовательное и прикладное значение занятий легкой атлетикой?
4. Как составляется календарь соревнований по легкой атлетике?
5. Раскройте содержание положения о соревнованиях по легкой атлетике.
6. Характер, типы и разновидности соревнований по легкой атлетике.
7. Каковы обязанности судей по бегу, прыжкам и метаниям?
8. Система составления программы соревнований по легкой атлетике и факторы, влияющие на эту систему.
9. Дать определение спортивной технике, как оценивается ее качество.
10. Что является характерным для эффективной спортивной техники?
11. В какой последовательности следует проводить анализ техники легкоатлетического упражнения?
12. Выделите главные фазы движений в спортивной ходьбе, беге, прыжках и метаниях; почему они являются главными.

3.2. Контрольные упражнения и задания:

- владение правилами соревнований по легкой атлетике и участие в организации и проведении соревнований по легкой атлетике;
- получение положительной оценки за технику выполнения видов лёгкой атлетики.

3.3. Вопросы к зачёту:

1. В чем сходство и различие спортивной ходьбы и бега?
2. Из каких основных движений состоит цикл в спортивной ходьбе и беге?
3. Под действием каких сил происходит продвижение в ходьбе и беге?
4. От каких компонентов шага зависит скорость передвижения?
5. Какая из фаз прыжков является основной и почему?
6. Охарактеризуйте механизм отталкивания в прыжках.
7. От чего зависит результат в прыжках?
8. Какова цель движений звеньев тела в фазе полета?
9. От чего зависит дальность полета снаряда в метаниях?
10. Какие основные фазы можно выделить при анализе техники метаний? Какая из них главная?
11. В чем смысл «обгона» снаряда при метаниях?
12. От чего зависит начальная скорость вылета снаряда?
13. Как влияют на полет снаряда аэродинамические свойства и сопротивление воздуха?
14. Какими методами нужно пользоваться при обучении техники легкоатлетических упражнений?
15. Какими принципами следует руководствоваться при обучении техники легкоатлетических упражнений?
16. Какова последовательность изучения техники легкоатлетических видов?
17. Дайте характеристику плана-схемы обучения технике бега, прыжков, метаний, спортивной ходьбы.
18. Назовите нормы допустимых нагрузок в беге, прыжках и метаниях для лиц различного возраста.
19. Анализ школьной программы по разделу «Легкая атлетика» в начальных, средних и старших классах.
20. Характеристика видов документов планирования и учета работы по легкой атлетике в школе.
21. Типы уроков по легкой атлетике в школе и их характеристика.
22. Особенности секционных занятий по легкой атлетике в школе и их направленность.

КУРС 2

3.1. Вопросы для устного опроса:

1. Перечислите основные виды легкой атлетики и разновидности бега, прыжков, метаний, ходьбы и многоборий.
2. Какова роль и значение легкой атлетики в системе физического воспитания?
3. В чем состоит оздоровительное, воспитательное, образовательное и прикладное значение занятий легкой атлетикой?
4. Как составляется календарь соревнований по легкой атлетике?
5. Раскройте содержание положения о соревнованиях по легкой атлетике.
6. Характер, типы и разновидности соревнований по легкой атлетике.
7. Каковы обязанности судей по бегу, прыжкам и метаниям?
8. Система составления программы соревнований по легкой атлетике и факторы, влияющие на эту систему.
9. Дать определение спортивной технике, как оценивается ее качество.
10. Что является характерным для эффективной спортивной техники?
11. В какой последовательности следует проводить анализ техники легкоатлетического упражнения?
12. Выделите главные фазы движений в спортивной ходьбе, беге, прыжках и метаниях; почему они являются главными.

3.2. Контрольные упражнения и задания:

- владение правилами соревнований по легкой атлетике и участие в организации и проведении соревнований по легкой атлетике;
- получение положительной оценки за технику выполнения видов лёгкой атлетики;
- самостоятельное проведение урока по лёгкой атлетике;
- получение положительной оценки за выполнение нормативов физической подготовленности.

Вид деятельности	Нормативы физической подготовленности							
	Ед. Балл	Девушки	Юноши					
		3	4	5	3	4	5	
Бег 100 м	Сек		15,3	15,0	14,7	13,3	13,0	12,8
Бег 300 м	Сек		55,0	53,0	50,0	46,0	44,0	42,0
Бег 800/1500 м	Мин		3.15,0	3.05,0	2.55,0	5.05,0	4.50,0	4.40,0
Кросс 1000/3000 м	Мин		4.10,0	3.50,0	3.40,0	12.00,0	11.30,0	11.00,0
Прыжки в высоту	См		115	120	125	140	145	150
Прыжки в длину	См		370	390	430	480	500	520
Толкание ядра	См		710	750	800	770	820	920
Метание копья	М		18	22	25	28	32	35
Метание диска	М		20	22	25	25	27	30

3.3. Вопросы к зачёту:

1. В чем сходство и различие спортивной ходьбы и бега?
2. Из каких основных движений состоит цикл в спортивной ходьбе и беге?

3. Под действием каких сил происходит продвижение в ходьбе и беге?
4. От каких компонентов шага зависит скорость передвижения?
5. Какая из фаз прыжков является основной и почему?
6. Охарактеризуйте механизм отталкивания в прыжках.
7. От чего зависит результат в прыжках?
8. Какова цель движений звеньев тела в фазе полета?
9. От чего зависит дальность полета снаряда в метаниях?
10. Какие основные фазы можно выделить при анализе техники метаний? Какая из них главная?
11. В чем смысл «обгона» снаряда при метаниях?
12. От чего зависит начальная скорость вылета снаряда?
13. Как влияют на полет снаряда аэродинамические свойства и сопротивление воздуха?
14. Какими методами нужно пользоваться при обучении техники легкоатлетических упражнений?
15. Какими принципами следует руководствоваться при обучении техники легкоатлетических упражнений?
16. Какова последовательность изучения техники легкоатлетических видов?
17. Дайте характеристику плана-схемы обучения технике бега, прыжков, метаний, спортивной ходьбы.
18. Назовите нормы допустимых нагрузок в беге, прыжках и метаниях для лиц различного возраста.
19. Анализ школьной программы по разделу «Легкая атлетика» в начальных, средних и старших классах.
20. Характеристика видов документов планирования и учета работы по легкой атлетике в школе.
21. Типы уроков по легкой атлетике в школе и их характеристика.
22. Особенности секционных занятий по легкой атлетике в школе и их направленность.

КУРС 3

3.1. Вопросы для устного опроса:

1. Перечислите основные виды легкой атлетики и разновидности бега, прыжков, метаний, ходьбы и многоборий.
2. Какова роль и значение легкой атлетики в системе физического воспитания?
3. В чем состоит оздоровительное, воспитательное, образовательное и прикладное значение занятий легкой атлетикой?
4. Как составляется календарь соревнований по легкой атлетике?
5. Раскройте содержание положения о соревнованиях по легкой атлетике.
6. Характер, типы и разновидности соревнований по легкой атлетике.
7. Каковы обязанности судей по бегу, прыжкам и метаниям?
8. Система составления программы соревнований по легкой атлетике и факторы, влияющие на эту систему.
9. Дать определение спортивной технике, как оценивается ее качество.
10. Что является характерным для эффективной спортивной техники?
11. В какой последовательности следует проводить анализ техники легкоатлетического упражнения?
12. Выделите главные фазы движений в спортивной ходьбе, беге, прыжках и метаниях; почему они являются главными.

3.2. Контрольные упражнения и задания:

- владение правилами соревнований по легкой атлетике и участие в организации и проведении соревнований по легкой атлетике;
- получение положительной оценки за технику выполнения видов легкой атлетики;
- самостоятельное проведение урока по легкой атлетике;
- получить положительную оценку за выполнение нормативов физической подготовленности в рамках многоборья.

Нормативы физической подготовленности

	Ед. изм.	3	4	5
Девушки	Очки	1000	1300	1500
Юноши	Очки	1200	1500	1800

Примечание: Восьмиборье состоит из следующих видов: бег 100 м, прыжки в длину, толкание ядра, бег 300 м, метание диска, прыжки в высоту, метание копья, бег 800/1500 м. Соревнование проводится в два дня, участие во всех видах обязательно. Подсчет очков ведется по таблице оценки результатов 1986 г. Получение положительной оценки по восьмиборью необходимо для допуска к теоретической части экзамена.

3.4. Вопросы к экзамену:

1. Принципы и правила составления школьной программы раздела «Легкая атлетика».
2. Планирование и содержание раздела «Легкая атлетика» в школьной программе.
3. Характер и календарь соревнований, положение о соревнованиях по легкой атлетике.
4. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.
5. Беговая бригада на соревнованиях по легкой атлетике (ее состав и обязанности).
6. Судейская коллегия на соревнованиях по легкой атлетике (ее состав и обязанности).
7. Планирование и учет работы по легкой атлетике в школе.
8. Строительство и оборудование простейшей школьной площадки для занятий по легкой атлетике.
9. Организационные и методические принципы работы учителя физической культуры по легкой атлетике.
10. Задачи и содержание работы ДЮСШ по легкой атлетике.
11. Организация внеклассной работы по легкой атлетике в школе.
12. Управление процессом тренировки по легкой атлетике (текущая оценка состояния тренированности).

13. Построение урока по легкой атлетике в школе.
14. Планирование многолетней тренировки по легкой атлетике.
15. Круглогодичная тренировка в легкой атлетике и ее периодизация.
16. Характеристика сторон тренировочного процесса в легкой атлетике.
17. Методы развития силы, быстроты и выносливости в легкой атлетике.
18. Основные средства тренировки в легкой атлетике.
19. Принципы спортивной тренировки.
20. Цель и задачи спортивной тренировки.
21. Современный уровень развития легкой атлетики в нашей стране.
22. Основные этапы развития легкой атлетики в России.
23. Классификация легкоатлетических упражнений.
24. Значение легкой атлетики в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, спортивное).
25. Методика обучения технике спортивной ходьбы.
26. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции.
27. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.
28. Методика обучения технике эстафетного бега.
29. Методика обучения технике прыжков с места (длина, тройной). Правила соревнований по прыжкам с места.
30. Методика обучения технике барьерного бега (на примере 110 м с/б или 100 м с/б) и правила соревнований в барьерном беге.
31. Методика обучения технике метания диска с поворота и правила соревнований по метанию диска.
32. Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и правила соревнований по прыжкам в высоту.
33. Методика обучения технике толкания ядра со скачка и правила соревнований в толкании ядра.
34. Методика обучения технике метания копья с разбега и правила соревнований в метании копья.
35. Методика обучения технике тройного прыжка с разбега и правила соревнований в тройном прыжке.
36. Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега способами «перекидной» и «фосбери-флоп» и их отличия.
37. Методика обучения технике метания малого мяча с разбега.
38. Методика обучения технике метания гранаты с разбега.
39. Методика обучения технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».
40. Методика обучения технике прыжка в длину способом «ножницы» и правила соревнований по прыжкам в длину.
41. Основные правила при обучении технике легкоатлетических метаний.
42. Последовательность изучения легкоатлетических видов.
43. Методические приемы обучения в легкой атлетике.
44. Применение 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. Характеристика конспекта урока по легкой атлетике в средней школе.
48. Специальные упражнения при обучении и тренировке легкоатлетов.
49. Техника и правила соревнований в эстафетном беге (4 x 400 м, смешанные эстафеты).
50. Характеристика фаз в метаниях.
51. Основы техники спортивной ходьбы.
52. Основы техники бега.
53. Основы техники прыжков.
54. Основы техники метаний.
55. Техника бега на короткие дистанции, правила старта и финиша в беге.
56. Техника бега на средние и длинные дистанции, правила соревнований по бегу.
57. Техника барьерного бега (110 м и 100 м с/б) и правила соревнований по барьерному бегу.
58. Техника эстафетного бега (4 x 100 м) и правила соревнований в эстафетном беге.
59. Техника прыжков в высоту с разбега и правила соревнований по прыжкам в высоту.
60. Техника прыжков длину с разбега и правила соревнований по прыжкам в длину.
61. Техника метания гранаты и правила соревнований по метанию гранаты.
62. Техника метания малого мяча с разбега и правила соревнований по метанию малого мяча.
63. Техника прыжков в длину и тройным с места и правила соревнований по прыжкам с места.
64. Техника тройного прыжка с разбега и правила соревнований по тройному прыжку.
65. Факторы, влияющие на дальность полета снаряда в метаниях.
66. Характеристика фаз в прыжках.
67. Характеристика фазы отталкивания в ходьбе, беге и прыжках.
68. Сходства и различия между техникой ходьбы и бега.
69. Техника и правила соревнований в спортивной ходьбе.
70. Техника метания диска и правила соревнований по метанию диска.
71. Техника толкания ядра и правила соревнований по толканию ядра.
72. Техника метания копья и правила соревнований по метанию копья.

5.4. Оценка результатов обучения в соответствии с индикаторами достижения компетенций

- ИОПК-1.1 Демонстрирует знание в области планирования содержания тренировочных занятий, ориентируясь на общие положения теории и методики физической культуры и спорта, а также требований федеральных стандартов и программ.
- ИОПК-1.2 Способен определять средства, методы и формы проведения занятий с учетом психологических, анатомо-

морфологических особенностей занимающихся, их возраста и пола.

ИОПК-1.3 Способен устанавливать оптимальные параметры нагрузки, исходя из физиологической задачи тренировочного занятия.

ИОПК-3.1 Демонстрирует специальные научные знания в физкультурно-спортивной и педагогической деятельности.

ИОПК-3.2 Понимает особенности построения процесса спортивной подготовки по видам спорта.

ИОПК-3.3 Подбирает средства и методы в соответствии с задачами спортивной подготовки.

ИОПК-4.3 Способен организовать участие спортсменов в соревнованиях и осуществлять контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур.

ИОПК-6.2 Реализует специальные подходы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации в спорте.

ИОПК-7.1 Демонстрирует знание требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм эксплуатации спортивных сооружений, инвентаря и оборудования.

ИОПК-7.2 Осуществляет инструктирование по правилам техники безопасности, основам личной гигиены и гигиены спортивной экипировки при проведении спортивно-тренировочных мероприятий по видам спорта.

ИОПК-13.1 Демонстрирует знание положений, правил и регламента проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта, спортивной дисциплине.

ИОПК-13.2 Демонстрирует знание правил вида спорта, в том числе контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур.

ИОПК-13.3 Понимает требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией.

ИПК-1.1 Способен реализовать систему комплексных мер по отбору и оценке перспективности в достижении спортивных результатов на различных этапах совершенствования спортивного мастерства.

ИПК-1.2 Способен осуществлять планирование, учет, анализ и коррекцию результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

ИПК-1.3 Готов проводить тренировочные занятия с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин).

ИПК-1.4 Способен управлять соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

ИПК-2.1 Способен проводить анализ новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью.

ИПК-2.2 Способен разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, в том числе в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов.

ИПК-2.3 Способен организовать систематический контроль и оценку готовности занимающихся к соревновательной деятельности, выявлять проблемы в организации спортивной работы и вносить коррективы в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов.

Неудовлетворительно: не достигнут.

Удовлетворительно. Пороговый уровень:

Демонстрирует знание в области планирования содержания тренировочных занятий. Способен определять средства, методы и формы проведения занятий. Способен устанавливать оптимальные параметры нагрузки. Демонстрирует специальные научные знания в физкультурно-спортивной и педагогической деятельности. Понимает особенности построения процесса спортивной подготовки по видам спорта. Подбирает средства и методы в соответствии с задачами спортивной подготовки. Способен организовать участие спортсменов в соревнованиях и осуществлять контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур. Реализует специальные подходы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации в спорте. Демонстрирует знание требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм эксплуатации спортивных сооружений, инвентаря и оборудования. Осуществляет инструктирование по правилам техники безопасности, основам личной гигиены и гигиены спортивной экипировки при проведении спортивно-тренировочных мероприятий по видам спорта. Демонстрирует знание положений, правил и регламента проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта, спортивной дисциплине. Демонстрирует знание правил вида спорта. Понимает требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией. Способен реализовать систему комплексных мер по отбору и оценке перспективности в достижении спортивных результатов на различных этапах совершенствования спортивного мастерства. Способен осуществлять планирование, учет, анализ и коррекцию результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. Готов проводить тренировочные занятия с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин). Способен управлять соревновательной деятельностью занимающихся. Способен проводить анализ новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью. Способен разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся. Способен организовать систематический контроль и оценку готовности занимающихся к соревновательной деятельности.

Хорошо. Базовый уровень:

Демонстрирует знание в области планирования содержания тренировочных занятий, ориентируясь на общие положения теории и методики физической культуры и спорта, а также требований федеральных стандартов и программ. Способен определять средства, методы и формы проведения занятий с учетом психологических, анатомо-морфологических

особенностей занимающихся, их возраста и пола. Способен устанавливать оптимальные параметры нагрузки, исходя из физиологической задачи тренировочного занятия. Демонстрирует специальные научные знания в физкультурно-спортивной и педагогической деятельности. Понимает особенности построения процесса спортивной подготовки по видам спорта. Подбирает средства и методы в соответствии с задачами спортивной подготовки. Способен организовать участие спортсменов в соревнованиях и осуществлять контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур. Реализует специальные подходы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации в спорте. Демонстрирует знание требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм эксплуатации спортивных сооружений, инвентаря и оборудования. Осуществляет инструктирование по правилам техники безопасности, основам личной гигиены и гигиены спортивной экипировки при проведении спортивно-тренировочных мероприятий по видам спорта. Демонстрирует знание положений, правил и регламента проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта, спортивной дисциплине. Демонстрирует знание правил вида спорта, в том числе контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур. Понимает требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией. Способен реализовать систему комплексных мер по отбору и оценке перспективности в достижении спортивных результатов на различных этапах совершенствования спортивного мастерства. Способен осуществлять планирование, учет, анализ и коррекцию результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. Готов проводить тренировочные занятия с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин). Способен управлять соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки. Способен проводить анализ новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью. Способен разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, в том числе в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов. Способен организовать систематический контроль и оценку готовности занимающихся к соревновательной деятельности, выявлять проблемы в организации спортивной работы и вносить коррективы в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов.

Отлично. Высокий уровень:

Демонстрирует глубокие знания в области планирования содержания тренировочных занятий, ориентируясь на общие положения теории и методики физической культуры и спорта, а также требований федеральных стандартов и программ. Способен корректно определять средства, методы и формы проведения занятий с учетом психологических, анатомо-морфологических особенностей занимающихся, их возраста и пола. Способен устанавливать оптимальные параметры нагрузки, исходя из физиологической задачи тренировочного занятия. Уверенно демонстрирует специальные научные знания в физкультурно-спортивной и педагогической деятельности. Хорошо понимает особенности построения процесса спортивной подготовки по видам спорта. Правильно подбирает средства и методы в соответствии с задачами спортивной подготовки. Способен организовать участие спортсменов в соревнованиях и осуществлять контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур. Реализует специальные подходы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации в спорте. Демонстрирует хорошее знание требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм эксплуатации спортивных сооружений, инвентаря и оборудования. Осуществляет подробное инструктирование по правилам техники безопасности, основам личной гигиены и гигиены спортивной экипировки при проведении спортивно-тренировочных мероприятий по видам спорта. Демонстрирует знание положений, правил и регламента проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта, спортивной дисциплине. Демонстрирует глубокое знание правил вида спорта, в том числе контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур. Хорошо понимает требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией. Способен уверенно реализовать систему комплексных мер по отбору и оценке перспективности в достижении спортивных результатов на различных этапах совершенствования спортивного мастерства. Способен осуществлять систематическое планирование, учет, анализ и коррекцию результатов учебно-тренировочной и спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. Полностью готов проводить тренировочные занятия с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин). Способен управлять соревновательной деятельностью занимающихся с учетом мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки. Способен проводить подробный анализ новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью. Способен грамотно разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, в том числе в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов. Способен организовать систематический контроль и оценку готовности занимающихся к соревновательной деятельности, выявлять проблемы в организации спортивной работы и вносить коррективы в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов.

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
--	---------------------	---------	------

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л1.1	[Г. В. Грецов и др.] ; под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского	Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика: учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования — Москва : Академия, 2013	68
Л1.2	С. В. Быченков, С. Ю. Крыжановский	Легкая атлетика: учебное пособие — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019 — URL: https://www.iprbookshop.ru/85500.html	9999
Л1.3	Н. А. Шипов, А. В. Трофимов, С. Н. Авдеева, А. В. Буриков	Физическая культура. Ускоренное передвижение и легкая атлетика: учебное пособие — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019 — URL: https://www.iprbookshop.ru/84086.html	9999
Л1.4	В. И. Никифоров	Физическая культура. Легкая атлетика: учебное пособие — Самара : Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2016 — URL: http://www.iprbookshop.ru/71899.html	9999

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л2.1	В. Л. Крайник, И. А. Золотухина	Подготовка и проведение урока лёгкой атлетики в школе [Электронный ресурс]: учебно-методические рекомендации — Барнаул : АлтГПА, 2013 — URL: http://obs.uni-altai.ru/unibook/krainik/krainik.pdf	9999
Л2.2	П. Дж. Л. Томпсон	Введение в теорию тренировок: официальное руководство IAAF по обучению легкой атлетике — Москва : Человек, 2013 — URL: http://www.iprbookshop.ru/27552	9999
Л2.3	[Н. Muller, W. Ritzdorf ; под общ. ред. В. В. Балахничева, В. Б. Зеличенка]	Бегай! Прыгай! Метай! Официальное руководство ИААФ по обучению легкой атлетике — Москва : Человек, 2013 — URL: http://www.iprbookshop.ru/27546	9999
Л2.4	Е. П. Врублевский	Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах): учебное пособие — Москва : Спорт, 2016 — URL: http://www.iprbookshop.ru/55556.html	9999
Л2.5	Алтайский государственный педагогический университет ; [сост. И. А. Золотухина]	Основы правил соревнований по легкой атлетике [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие — Барнаул : АлтГПУ, 2015 — URL: http://library.altspu.ru/dc/pdf/zolotykhina.pdf	19998
Л2.6	М. П. Мухина	Физкультурное образование школьников [Электронный ресурс]: учебное пособие — Омск : СибГУФК, 2014 — URL: http://www.iprbookshop.ru/64970.html	9999
Л2.7	сост.: С. Г. Ермакова, О. Н. Початкова	Легкая атлетика: учебно-методическое пособие — Комсомольск-на-Амуре : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет ; Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019 — URL: https://www.iprbookshop.ru/85817.html	9999

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Пакет LibreOffice
6.3.1.2	Пакет OpenOffice.org
6.3.1.3	Операционная система семейства Linux
6.3.1.4	Программа 7zip
6.3.1.5	Пакет Kaspersky Endpoint Security 10 for Windows
6.3.1.6	Редактор изображений Inkscape

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Национальная электронная библиотека : федеральная государственная информационная система / Министерство культуры Российской Федерации, Российская государственная библиотека
6.3.2.2	Электронная библиотека НПБ / Алтайский государственный педагогический университет, Научно-педагогическая библиотека
6.3.2.3	eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	1. Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.2	2. Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

7.3	3. Компьютерный класс с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.4	4. Спортивный зал.
7.5	5. Стадион.
7.6	6. Аудио-, видеоаппаратура.
7.7	7. Спортивный инвентарь: стартовые колодки, малые мячи, эстафетные палочки, стойки для прыжков в высоту, планка, маты, барьеры, ядра, диски, копья, гранаты.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Профессиональная компетенция будущего учителя физической культуры обеспечивается лекционно-практическим курсом. Основным результатом освоения дисциплины является сформированная готовность выпускника осуществлять педагогическую деятельность с использованием всего арсенала знаний и умений в области изучаемой дисциплины. Важным условием для освоения дисциплины в процессе занятий является ведение конспектов, освоение и осмысление терминологии изучаемой дисциплины. Материалы лекционных занятий следует своевременно подкреплять проработкой соответствующих разделов в учебниках, учебных пособиях, научных статьях и монографиях, в соответствии со списком основной и дополнительной литературы РПД. Дополнительная проработка изучаемого материала проводится во время семинарских и практических занятий, в ходе которых анализируются и закрепляются основные знания, полученные по дисциплине.

Для эффективного овладения курсом предлагаются следующие методические рекомендации.

1. В ходе изучения курса используйте современные источники знаний по проблемам теории и методики физического воспитания: учебники, изданные в последние годы, ресурсы Интернет, научные статьи, опубликованные в журналах. Например, в журнале "Физическая культура в школе" публикуются статьи по наиболее сложным и актуальным проблемам организации учебного процесса.
2. Сопоставляйте знания, полученные при изучении теоретических источников, раскрывающих технологии применения теоретических подходов с практическими навыками, полученными в ходе занятий, отслеживайте пробелы в теории и практике.
3. При изучении основных разделов, тем, вопросов курса ставьте конкретные цели (что узнать, чему научиться, какие способности сформировать или усовершенствовать), определяйте сроки достижения этих целей (промежуточные и итоговые).
4. В ходе работы над содержанием курса для углубленного и детального изучения отбирайте наиболее значимые для предстоящей педагогической деятельности концепции, теории, понятия.
5. Обращайте внимание на новые подходы, аспекты и оценки педагогических явлений и процессов, изученных на предыдущих этапах Вашего педагогического образования.
6. Сравнивайте подходы разных авторов к раскрытию существенных свойств изучаемых педагогических явлений и процессов.
7. Соотносите изучаемые теоретические положения с известными педагогическими фактами, оценивайте практическую ценность изучаемых положений, возможности их применения в современных образовательных учреждениях.
8. Используйте различные способы отбора, систематизации и структурирования знаний о педагогическом процессе: накапливайте электронные ресурсы, конспектируйте наиболее значимые положения, составляйте таблицы, разрабатывайте схемы и модели, в которых отражены наиболее существенные характеристики изучаемых педагогических явлений и процессов.
9. Осуществляйте пошаговый и итоговый самоконтроль за процессом усвоения теории и практики, используйте различные критерии самооценки: полнота знаний, систематичность, оперативность, гибкость знаний и т.д. При подготовке к семинарским занятиям следует использовать основную и дополнительную литературу из представленного списка. На семинарских занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике семинарских занятий.

В рамках изучения учебных дисциплин необходимо использовать передовые информационные технологии – компьютерную технику, электронные базы данных, Интернет –

Целями самостоятельной работы студента являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умения использовать справочную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, в соответствии с технологической картой дисциплины и может содержать в себе следующие задания:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции, изучение рекомендуемых литературных источников, конспектирование источников);
- выполнение контрольных работ;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet (использование аудио- и видеозаписи);
- составление схем, таблиц, для систематизации учебного материала;
- выполнение тестовых заданий;

- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, тезисов, докладов, рефератов, конспектов занятий;
- подготовка к экзамену;
- подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения.

Изучение каждой дисциплины предполагает наличие текущих контролей и промежуточной аттестации по дисциплине.

Для подготовки к зачету:

1. Ознакомиться с перечнем зачетных требований.
2. Проанализировать вопросы, которые не обсуждались на лекциях и семинарских занятиях, ознакомиться по рекомендованным в списке основной литературы РПД.

Для подготовки к экзамену:

1. Ознакомиться с перечнем экзаменационных вопросов.
2. Прочсть записи лекций.
3. Прочсть конспекты семинарских занятий.
4. Внести недостающие термины в глоссарий.
5. С вопросами, которые не обсуждались на лекциях и семинарских занятиях, ознакомиться по рекомендованным в списке основной литературы РПД.

Техника безопасности на практических занятиях обеспечивается точным и неукоснительным выполнением заданий и команд преподавателя, применением специального инвентаря и оборудования, а также соответствующими организационными приёмами (чередование поточного и индивидуального методов, группового, индивидуального, индивидуально-группового и др.).

Методические рекомендации для обучающихся (с ОВЗ)

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования. Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов. Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера). Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные студенты, могут обучаться по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий: проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения. Выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки; применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации преподаватели, в соответствии с потребностями студента, отмеченными в анкете, и рекомендациями специалистов дефектологического профиля, разрабатывает фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе. Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на экзамене, выполнения задания для самостоятельной работы.

При необходимости студент с ограниченными возможностями здоровья подает письменное заявление о создании для него специальных условий в Учебно-методическое управление Университета с приложением копий документов, подтверждающих статус инвалида или лица с ОВЗ.