

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Факультет физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Легкая атлетика
Кафедра спортивных дисциплин факультета физической культуры и спорта

Образовательная программа
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы
Физкультурное образование

Уровень высшего образования
Бакалавриат

Форма обучения
Очная, заочная

Статус дисциплины: входит в часть ОПОП, формируемую участниками
образовательных отношений

Махачкала, 2021

Рабочая программа дисциплины «Легкая атлетика» составлена в 2021 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура от «19» 09.2017г. №940

Разработчик(и): кафедра спортивных дисциплин, Шарапов Владимир Ефимович, к.п.н., доцент

Рабочая программа дисциплины одобрена:
на заседании кафедры спортивных дисциплин от «15» 10 2021 г., протокол № 9

Зав. кафедрой  А.Ш. Рустамов
(подпись)

на заседании Методической комиссии факультета физической культуры и спорта от «18» июня 2021 г., протокол № 7.

Председатель  Н.Б. Новикова
(подпись)

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением «29» 07 2021 г.

Начальник УМУ  Гасангаджиева А.Г.
(подпись)

Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Легкая атлетика» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений ОПОП бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина реализуется на факультете физической культуры и спорта кафедрой спортивных дисциплин.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с формированием у выпускника осознанного отношения к занятиям по легкой атлетике и профессиональной подготовки студентов к будущей деятельности педагога по физической культуре.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: общепрофессиональных – ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-11, профессиональных – ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7.

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме, устного опроса, контрольной работы и промежуточный контроль в форме зачета и экзамена.

Объем дисциплины 216 зачетных единиц, в том числе в академических часах по видам учебных занятий:

Очная форма обучения

Семестр	Учебные занятия							Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	
	в том числе:								
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					СРС, в том числе экзамен		
		всего	из них						
			Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР			консультации
2	72	50	16		34			22	Зачет
3	144	54	18		36			90	Экзамен

Заочная форма обучения

Семестр	Учебные занятия							Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	
	в том числе:								
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					СРС, в том числе экзамен		
		всего	из них						
			Лекции и	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР			консультации
1	216	36	20		16			180	Зачет, экзамен

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Легкая атлетика» являются:

- изучение основ техники легкоатлетических видов;
- проведение соревнований по легкой атлетике; изучить основы методики обучения легкоатлетических видов.
- изучение основ практических и теоретических знаний для осуществления процесса обучения легкоатлетическим видам в учреждениях общего полного, начального и среднего образования.

Задачи дисциплины «Легкая атлетика»:

- изучить основы техники легкоатлетических видов (ходьба, бег на короткие дистанции, эстафетный бег, барьерный бег, прыжки в высоту, прыжки в длину, метание мяча, толкание ядра);
- изучить методику преподавания легкоатлетических видов;
- изучить правила соревнований и уметь выполнять судейство легкоатлетических видов.

2.Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина «Легкая атлетика» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений ОПОП бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Освоение данной дисциплины является основой для последующего прохождения педагогической практики. Курс «Легкая атлетика» тесно связан с учебными дисциплинами естественнонаучного характера (анатомия, физиология, биомеханика и др.).

Курс «Легкая атлетика» тесно связан с дисциплиной «Теория и методика физической культуры и спорта (ТиМФКиС)». В процессе обучения преподаватель опирается на дисциплину «Физическая культура», которая была освоена студентами в общеобразовательной школе. Учебная работа проводится в форме практических занятий с применением ТСО, учебной практики и самостоятельной работы.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения и процедура освоения).

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузок, анатомоморфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	ОПК- 1.1 Определяет морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; биомеханику статических положений и различных видов движений человека; биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;	Знает: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения.	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ОПК-1.2 Способен дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека; применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; выявлять зависимость между процессами энерго-образования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;	Умеет: определять особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; Владеет:	
	ОПК 1.3 Способен планировать учебно-тренировочный занятий по ИВС; составлять комплексы упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; планировать занятия по учебному предмету «Физическая культура»; планировать внеурочные занятия (кружки физической культуры, группы ОФП, спортивные секции); планировать мероприятия активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	принципами и порядком разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Способен ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и	Знает: основы техники способов плавания и прикладного плавания; Умеет: использовать - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
	функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС. ОПК - 3.2. Способен подготовить, проведение физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся. ОПК-3.3. Способен осуществлять выполнение упражнения, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	игр; Владеет: организацией физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацией досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способами повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК-4.1. Способен овладеть: - историей развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологией, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - целью, задачей и содержанием курса ИВС; - техникой спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средствами и методами техникой и тактической подготовки в ИВС; - методикой обучения техники спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средствами и методами физической подготовки в ИВС; - воспитательной возможностью занятий ИВС; - спецификой проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; -	Знает: историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
	спецификой деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта	ИВС; Умеет: использовать средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; средства и методы физической подготовки в ИВС; воспитательные возможности занятий ИВС; Владеет: спецификой проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;	
	ОПК-4.2 Способен - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; -контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.		
	ОПК-4.3. Способен осуществлять - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; -проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.		
ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	ОПК-5.1. Способен осуществлять - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; -сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.	Знает: закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; Умеет: использовать методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; Владеет: технологией педагогической	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ОПК-5.2. Способен - решать воспитательные задачи на занятиях по физической		

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
	культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга. ОПК-5.3. Способен осуществлять подготовку материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.	диагностики и коррекции, снятия стрессов;	
ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	ОПК-11.1. Способен определять роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; тенденции развития физической культуры и спорта; направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта;	Знает: роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; Умеет: направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; Владеет:	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ОПК-11.2. Способен определять - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию;		
	ОПК-11.3. Способен осуществлять - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной		

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
	программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.	актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности;	
ПК-1. Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы.	ПК- 1.1. Способен определять -нормативные и организационные основы физкультурного образования; -методику проведения занятий различных форм в организациях различного типа; - требования к условиям проведения занятий различных форм в организациях различного типа; -технологию планирования образовательного процесса по физической культуре и спорту в организациях различного типа.	Знает: нормативные и организационные основы физкультурного образования; методику проведения занятий различных форм в организациях различного типа; требования к условиям проведения занятий различных форм в организациях различного типа; технологию планирования образовательного процесса по физической культуре и спорту в организациях различного типа. Умеет: определять нормативные и организационные основы физкультурного образования; методику проведения занятий различных форм в организациях различного типа; требования к условиям проведения занятий различных форм в организациях различного типа; технологию планирования образовательного процесса по физической культуре и спорту в организациях различного типа.	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ПК- 1.2. Способен работать с программно-нормативными документами, регламентирующими физкультурное образование; -выбирать обоснованные формы, методы, способы и приемы для реализации образовательного процесса по физической культуре и спорту в организациях различного		
	ПК-1.3. Способен -планировать образовательный процесс по физической культуре и спорту в организациях различного типа.		

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
		Владеет: способами определять нормативные и организационные основы физкультурного образования; методику проведения занятий различных форм в организациях различного типа; требования к условиям проведения занятий различных форм в организациях различного типа; технологию планирования образовательного процесса по физической культуре и спорту в организациях различного типа.	
ПК-2. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.	ПК-2.1.- Способен определять программно-нормативные требования к содержанию, структуре и условиям реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в организациях различного типа; - методы, формы, приемы и средства реализации образовательного процесса по физической культуре и спорта в организациях различного типа	Знает: программно-нормативные требования к содержанию, структуре и условиям реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в организациях различного типа; методы, формы, приемы и средства реализации образовательного процесса по физической культуре и спорта в организациях различного типа. Умеет: определять программно-нормативные требования к содержанию, структуре и условиям реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ПК-2.2.- Способен работать с локальными программно-нормативными актами, регламентирующими деятельность в области физической культуры и спорта в организациях различного типа; -использовать на занятиях различных форм педагогически обоснованные формы, методы, средства, приемы обучения и организации деятельности обучающихся.		
	ПК-2.3. Способен осуществлять -проведения различных форм занятий физическими упражнениями в организациях различного типа.		

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
		организациях различного типа; методы, формы, приемы и средства реализации образовательного процесса по физической культуре и спорта в организациях различного типа Владеет: программно-нормативными требованиями к содержанию, структуре и условиям реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в организациях различного типа; - методы, формы, приемы и средства реализации образовательного процесса по физической культуре и спорта в организациях различного типа.	
ПК-3 Способен определять и использовать в образовательном процессе формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы.	ПК-3.1. Способен определять методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа.	Знает: методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа. Умеет: определять методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа. Владеет: методами и средствами педагогического контроля в образовательном процессе	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ПК-3.2 Использует педагогические методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа.		
	ПК-3.3.- Владеет опытом проведения педагогических контрольных мероприятий в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа;		

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
		по физической культуре и спорту в организациях различного типа.	
ПК-4 Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.	ПК4.1 Осуществляет организацию спортивно-педагогического, медицинского и комплексного контролей в спорте, методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-тренировочного процесса; -медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности; -содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и на этапе совершенствования спортивного мастерства. -основные цели, принципы и закономерности психологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.	Знает: организацию спортивно-педагогического, медицинского и комплексного контролей в спорте -методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-тренировочного процесса; -медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности; -содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и на этапе совершенствования спортивного мастерства.	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ПК 4.2. Методологически грамотно использует измерительную информацию для обработки и анализа показателей физической, технической, и других видов подготовленности спортсменов, и их соревновательных и тренировочных нагрузок; - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием инструментальных методик;		
	ПК-4.3. Владеет навыками квалифицированного применения метрологически обоснованных средств и методов измерения и контроля в физическом воспитании и спорте; -анализа и интерпретации данных медико-биологического контроля занимающихся для выявления проблемы и методов ее решения; - систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм. -применения технологий психологического обеспечения отбора, тренировочного и соревновательного процессов на этапах спортивной подготовки.	Умеет: осуществлять организацию спортивно-педагогического, медицинского и комплексного контролей в спорте -методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-тренировочного процесса; -медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности; -содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам	

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
		подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и на этапе совершенствования спортивного мастерства Владеет: организацией спортивно-педагогического, медицинского и комплексного контролей в спорте -методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-тренировочного процесса; - медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности; - содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и на этапе совершенствования спортивного мастерства.	
ПК-5 Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки	ПК- 5.1. Реализовывает -формы организации и методику врачебно-педагогических наблюдений спортсмена в процессе тренировочных занятий - содержание самоконтроля функционального состояния спортсмена -причины возникновения, признаки предпатологических и патологических состояний, возникающих при занятиях спортом -оптимальный возраст для начала занятий в избранном виде спорта; -предрасположенность спортсменов различного возраста к выполнению тренировочных программ различной направленности; - генетическую предрасположенность к достижениям в избранном виде спорта; - особенности телосложения(конституции) спортсменов в избранном виде спорта; -методы и критерии отбора на разных этапах тренировочного процесса; - содержание начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса;	Знает: как реализовывать формы организации и методику врачебно-педагогических наблюдений спортсмена в процессе тренировочных занятий - содержание самоконтроля функционального состояния спортсмена -причины возникновения, признаки предпатологических и патологических состояний, возникающих при занятиях	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ПК 5.2- Проводить врачебно-педагогические наблюдения в процессе тренировочных занятий -оценивать результаты врачебно- педагогических		

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
	наблюдений -проводить самоконтроль функционального состояния - обосновывать индивидуальную коррекцию тренировочного процесса при проявлении признаков предпатологических и патологических состояний у спортсмена	спортом; оптимальный возраст для начала занятий в избранном виде спорта; предрасположенность спортсменов различного возраста к выполнению тренировочных программ различной направленности; Умеет: определять генетическую предрасположенность к достижениям в избранном виде спорта; особенности телосложения(конституции) спортсменов в избранном виде спорта; методы и критерии отбора на разных этапах тренировочного процесса; содержание начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; Владеет: знаниями морфофункциональных критериев отбора и индивидуализации в спорте; критериев тренированности в избранном виде спорта; закономерностей адаптации к физическим нагрузкам, динамики различных физиологических нагрузках, а так же в период подготовки к ответственным соревнованиям	
ПК-6 Способен организовывать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового	ПК6.1- Цель, задачи и содержание спортивной медицины как службы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов - порядок организации медико-биологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности - режимы тренировочной работы -предельные	Знает: цель, задачи и содержание спортивной медицины как службы медико-	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач,

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
обеспечения спортивной подготовки	тренировочные нагрузки -приемы и методы тренировок для достижения спортивного результата -закономерности протекания биохимических процессов в организме человека в тренировочном процессе и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки -влияние нагрузок разной направленности в тренировочной и соревновательной деятельности на биохимические изменения в организме -значения биохимических показателей, используемых в качестве маркеров для оценки эффективности тренировочного процесса и восстановленных процессов в организме	биологического обеспечения подготовки спортсменов; порядок организации медико-биологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности; режимы тренировочной работы; предельные тренировочные нагрузки; приемы и методы тренировок для достижения спортивного результата; закономерности протекания биохимических процессов в организме человека в тренировочном процессе и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки Умеет: определять влияние нагрузок разной направленности в тренировочной и соревновательной деятельности на биохимические изменения в организме -значения биохимических показателей, используемых в качестве маркеров для оценки эффективности тренировочного процесса и восстановленных процессов в организме. -основные показатели физического развития функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные	сформулированных преподавателем.
	ПК-6.2-Использовать знания законодательства Российской Федерации для организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического обеспечения подготовки спортсмена -контролировать прохождение спортсменами медицинских осмотров и обеспечивать выполнение рекомендаций медицинских работников - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима -самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности. -планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности		
	ПК- 6.3. Организует составление плана организации медико-биологического обеспечения соревнований учебно-тренировочных сборов -коррекции тренировочного процесса на основе анализа биохимических методов; - проведения простейших биохимических анализов и интерпретации полученных результатов; -коррекции тренировочного и восстановительного процессов, для улучшения устранения метаболитов обмена, образующихся при мышечной деятельности различного характера; -прогнозирование спортивного результата на основе оценки функциональных возможностей организма спортсменов.		

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
		показатели; Владеет: основами планирования и проведения занятий по физической культуре; возможностями осуществлять учет и анализ биохимических изменений, происходящих в организме в процессе тренировочной и соревновательной деятельности; проводить оценку эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе данных биохимического контроля.	
ПК-7 Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	ПК- 7.1 Осуществляет технологию планирования подготовки спортсменов к участию в соревнованиях в избранном виде спорта	Знает: технологию планирования подготовки спортсменов к участию в соревнованиях в избранном виде спорта; разрабатывать планы подготовки спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта на различных этапах подготовки	Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос, контрольная работа. Решение задач, сформулированных преподавателем.
	ПК-7.2 Способен разрабатывать планы подготовки спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта на различных этапах подготовки; - определить стратегию соревновательной деятельности спортсменов в избранном виде спорта, включая контроль и коррекцию тренировочного процесса.	Умеет: применять технологию планирования подготовки спортсменов к участию в соревнованиях в избранном виде спорта; разрабатывать планы подготовки спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;	
	ПК-7.3. Пользуется навыками проведения контрольных учебно-тренировочных занятий с целью определения уровня подготовленности занимающихся к соревновательной деятельности и коррекции учебно-тренировочного процесса.	Владеет: технологией планирования	

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
		подготовки спортсменов к участию в соревнованиях в избранном виде спорта; способами разработки планов подготовки спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;	

4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 216 академических часов.

4.2. Структура дисциплины.

4.2.1. Структура дисциплины в очной форме

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятель- ная работа в т.ч. экзамен	
	Модуль 1. Основы техники легкоатлетических видов					
1	Спортивная ходьба	2	2	6	10	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Бег	2	2	6	10	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 1:		4	12	20	36
	Модуль 2. Основы техники легкоатлетических видов					
1	Прыжок в высоту способом "Перешагивание"	2	4	8		Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Эстафетный бег	2	4	8		Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
3	Метание мяча	2	4	6	2	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 2:		12	22	2	36
	Модуль 3. Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике					
1	Правила соревнований по прыжкам	3	4	2	12	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Правила соревнований по бегу	3	4	2	12	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 3:		8	4	24	36
	Модуль 4. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов					

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятель ная работа в т.ч. экзамен	
1	Прыжок в высоту способом "Фосбери- флоп"	3		6	3	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Прыжок в длину с разбега способом "согнув ноги"	3		6	3	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
3	Барьерный бег	3		6	3	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
4	Прыжок в длину с разбега способом "прогнувшись"	3		6	3	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 4:		0	24	12	36
	Модуль 5. Урок легкой атлетики в школе					
1	Система уроков по легкой атлетике	3	4	2	6	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Уроки по легкой атлетике в начальных классах	3	2	2	4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
3	Уроки по легкой атлетике в 5-8 классах	3	2	2	4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
4	Уроки по легкой атлетике в 9-11 классах	3	2	2	4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 5:		10	8	18	36
	Подготовка к экзамену				36	
	ИТОГО:		34	70	76	216

4.2.2. Структура дисциплины в заочной форме

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по	Семе стр	Виды учебной работы, включая	Формы текущего контроля успеваемости и
----------	---------------------------------	-------------	---------------------------------	---

	модулям		самостоятельную работу студентов (в часах)			промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
	Модуль 1. Основы техники легкоатлетических видов					
1	Спортивная ходьба	2		1	18	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Бег	2		1	16	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 1:		0	2	34	36
	Модуль 2. Основы техники легкоатлетических видов					
1	Прыжок в высоту способом "Перешагивание"	2		2	10	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Эстафетный бег	2		2	10	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
3	Метание мяча	2		2	10	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 2:		0	6	30	36
	Модуль 3. Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике					
1	Правила соревнований по прыжкам	3	4		14	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Правила соревнований по бегу	3	4		14	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 3:		8	0	28	36
	Модуль 4. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов					
1	Прыжок в высоту способом "Фосбери-флоп"	3		1	8	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Прыжок в длину с разбега способом "согнув ноги"	3		1	8	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
3	Барьерный бег	3		1	8	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
4	Прыжок в длину с разбега способом "прогнувшись"	3		1	8	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 4:		0	4	32	36
	Модуль 5. Урок легкой атлетики в школе					
1	Система уроков по легкой атлетике	3	4		6	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Уроки по легкой атлетике в начальных классах	3	4		6	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
3	Уроки по легкой атлетике в 5-8 классах	3	2	2	4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
4	Уроки по легкой атлетике в 9-11 классах	3	2	2	4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
	Итого по модулю 5:		12	4	20	36
	Подготовка к экзамену				36	
	ИТОГО:		20	16	144	216

4.3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам).

4.3.1. Содержание лекционных и практических занятий по дисциплине.

Модуль 1. Основы техники легкоатлетических видов

Основные характеристики: легкоатлетическая техника, фазы, моменты, основное звено. Качественные и количественные показатели техники: эффективность, экономичность, простота, приспособляемость, спортивный результат, пространственные, временные, пространственно-временные, ритмические, динамические характеристики. Взаимосвязь техники, спортивного результата и уровня физических качеств. Анализ техники движений спортсмена и определение ошибок в технике. Педагогический и

биомеханический контроль за техникой движений. Правила подбора средств для исправления ошибок в технике.

Основы техники спортивной ходьбы и бега. Основы техники ходьбы и бега: структура движений в ходьбе и беге (цикличность, периоды, фазы, моменты, позы). Механизм отталкивания в ходьбе и беге, возникновение стартовой силы. Скорость передвижения, взаимосвязь длины и частоты шагов. Сходства и различия движений в ходьбе и беге. Особенности ходьбы и бега на различные дистанции и по различному покрытию. Основы техники легкоатлетических прыжков и метаний. Виды прыжков и их эволюция. Фазы прыжков. Главная задача прыжков и частные задачи фаз, их сходства и отличия в разных видах прыжков. Биомеханические характеристики техники прыжков (сложение скоростей, углы отталкивания и вылета, начальная скорость, траектория движений ОЦТ). Детали техники движений в различных прыжках и их подчиненность главной и частным задачам. Перемещение предметов в пространстве и эволюция техники метаний. Факторы, определяющие дальность полета снаряда (начальная скорость вылета, угол вылета, аэродинамические свойства, высота выпуска снаряда). Создание и эффективность системы: метатель- снаряд. Кинематические формы движений в различных видах метаний. Сходство и различия в технике различных видов метаний.

Тема1. Спортивная ходьба

1.Обучить движению ног в сочетании с движением таза Выполнение имитации работы рук на месте. Имитация работы рук в сочетании работой таза на месте. Выполнение имитационных упражнений в ходьбе.

2. Обучить движению рук и плеч при спортивной ходьбе Выполнение имитации работы рук и плеч на месте, в ходьбе.

3. Обучить технике спортивной ходьбы в целом Выполнение техники спортивной ходьбы с различной скоростью, ходьба по пересеченной местности.

4. Совершенствование техники спортивной ходьбы ходьба в равномерном темпе, ходьба в заданном темпе, ходьба с максимальной скоростью, ходьба в затрудненных условиях

Тема2. Бег

1. Обучить технике бега по прямой. Ускорении с на отрезках 60-80м. Ускорении с удержанием скорости на отрезках 60-100м., 100-200м.. бег на 100-200м с переменной скоростью на задание

2. Обучить технике высокого, низкого старта Изучение стартовых положений «На старт», «Марш». Выполнение стартов по одному, в группе. Изучение стартового положения «Внимание».

3. Обучить технике стартового разгона Выполнение по команде «Марш» прыжка в длину с приземлением на две ноги. Выполнение команды «Марш» в парах с сопротивлением. Выполнение низкого старта с пробеганием под резинкой. Выполнение стартового разгона по меткам.

4. Обучить технике финиширования. Имитация финиширования на месте, в ходьбе, в медленном беге. Выполнение техники финиширования в парах на максимальной скорости.

5. Обучить технике бега по повороту. Бег «Змейкой». Бег по кругу диаметром 20-30м. Выбегание с виража на прямую. Вбегание с прямой в вираж. Повторный бег по виражу.

6. Совершенствование техники бега Бег до 400м, бег до 400м с ускорением на последних 100м. Бег в затрудненных условиях (ветер, мягкий грунт).

7. Обучить технике бега и стратегии бега на длинные дистанции. Переменный бег от 200м до 2000м. Бег до 2000м с финишированием по команде преподавателя до 100м.

Модуль 2. Основы техники легкоатлетических видов

Тема 1. Прыжок в высоту способом «Перешагивание»

1. Обучить технике отталкивания Имитация постановки ноги. Имитация постановки ноги в сочетании с работой рук (на месте, в ходьбе). Поточные прыжки отталкиваясь толчковой ногой через шаг, через три шага (выполняется правой и левой ногой).

2. Обучить технике перехода через планку и приземлению Перешагивание скамейки выполняя технику перехода (в ходьбе, в прыжке).

3. Обучить технике прыжка в высоту с короткого разбега. Выполнение прыжка с одного шага, с трех шагов разбега (по меткам).

4. Обучить технике прыжка с полного разбега. Подбор индивидуального разбега. Выполнение прыжков через резинку, через планку.

5. Совершенствование техники прыжка Прыжки с увеличенного (на два шага) полного разбега. Прыжки в затрудненных условиях. Прыжки на максимальный результат.

Тема 2. Эстафетный бег

1. Обучить технике передачи эстафетной палочки передача эстафетной палочки из «правой в левую» на месте в парах (по команде учителя, по команде передающего). Передача эстафетной палочки в парах в ходьбе по команде передающего. Передача эстафетной палочки в четверках из «правой в левую», из «левой в правую» (на месте, в ходьбе, в ходьбе с перестроением).

2. Обучить старту бегуна принимающего эстафетную палочку, обучить передачи эстафетной палочки на максимальной скорости Выполнение старта с опорой на одну руку. Выполнение старта с опорой на одну руку с эстафетной палочкой (на прямой, на вираже) и с выбеганием.

3. Обучить передачи эстафетной палочки в 20м зоне. Фора. Определить расстояние до контрольной метки. Выполнение передачи в 20м зоне многократно отрабатывая расстояние до контрольной метки.

4. Обучение технике эстафетного бега в целом. Передача эстафетной палочки парой партнеров в своих зонах. Эстафетный бег 4х 50м. по кругу. Эстафетный бег 4х 100м. Эстафетный бег 4х 400м

5. Совершенствование техники эстафетного бега. Эстафетный бег 4х 50м. по кругу с разными партнерами. Эстафетный бег 4х 100м с разными партнерами. Эстафетный бег 4х 400м с разными партнерами. Выбор оптимального состава, бег в полную силу на максимальный результат.

Тема 3. Метание мяча

1. Научить держать мяч Броски мяча правой рукой об пол, броски мяча из правой в левую об пол (на месте, в ходьбе, в беге). Жонглирование мячами.

2. Научить броску мяча из положения «финального усилия» Бросок мяча из положения: стоя левым боком в сторону метания, руки в стороны (с различной траекторией броска).

3. Научить способам отведения мяча через «верх, низ» Выполнение отведения: 1-руки вперед, 2-левая впереди правая в верх, 3- руки в стороны, 4-бросок правой, левая к плечу (имитация с броском). Выполнение отведения: 1-руки вперед, 2-левая впереди правая вниз, 3- руки в стороны, 4-бросок правой, левая к плечу (имитация с броском).

4. Обучить технике бросковых шагов На 1-шаг левой, на 2-шаг правой скрестно, на 3- шаг левой принять положение финального усилия, на 4-бросок (в ходьбе, в беге).

5. Обучить сочетанию бросковых шагов с отведением мяча На 1-шаг левой, руки вперед на 2-шаг правой скрестно, левая впереди правая в верх, или вниз, на 3- шаг левой принять положение финального усилия, на 4-бросок (в ходьбе, в беге).

6. Научить выполнять предварительный разбег Имитация предварительных шагов разбега. Выполнение предварительного разбега в полной координации.

7. Сочетание бросковых шагов с предварительным разбегом. Выполнение пяти шагов предварительного разбега с тремя бросковыми шагами (в ходьбе, в беге, с руками и без).

8. Обучение технике метание мяча в целом Выполнение метания в полной координации – многократно. Подбор индивидуального разбега. Выполнение метания в полной координации с индивидуального разбега. 9. Совершенствование техники метания мяча Метание облегченных снарядов. Метание утяжеленных снарядов. Метание на точность (показать заданный результат).

Модуль 3. Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике

Классификация соревнований. Календарь и положение о соревновании. Документация соревнований (заявки, протоколы, карточки участников, отчет о соревновании). Организация и проведение соревнований в школе, летних лагерях. Обязанности главной судейской коллегии (главного судьи, главного секретаря, их помощников и заместителей). Работа судейской коллегии на соревнованиях (беговая бригада, бригада для проведения прыжков и метаний, информационная служба, вспомогательные бригады – бригада по стилю, метеорологическая бригада и т.п.). Общие и частные правила

соревнований в спортивной ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Особенности правил соревнований в многоборьях.

Тема 1. Правила соревнований по прыжкам

1. По прыжкам в высоту Ведение протокола. Судейство.
2. По прыжкам в длину Ведение протокола. Судейство

Тема 2. Правила соревнований по бегу

1. Бег на короткие дистанции. Ведение протокола. Судейство.
2. Эстафетный бег. Ведение протокола. Судейство. Спортивная ходьба.
3. Ведение протокола. Судейство.

Модуль 4. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов

Определение и понятие «спортивная техника». Показатели качества техники: эффективность, экономичность, простота движения. Значение техники для повышения спортивных результатов. Общие закономерности в методике обучения легкоатлетических видов. Условное разделение техники легкоатлетических видов на фазы. Техническое мастерство-это совокупность умений и навыков. Тестирование как одно из средств управления тренировочным процессом. Виды и разновидности тестирования, связь друг с другом и их влияние на информативность, и эффективность оценки уровня подготовленности легкоатлета. Применение методик тестирования для оценки уровня подготовленности легкоатлетов различной специализации (ходоков, бегунов на короткие, средние и длинные дистанции, прыгунов, метателей, многоборцев)

Тема 1. Прыжок в высоту способом «Фосбери-флоп»

1. обучить технике перехода через планку и приземлению Выполнение кувырков назад ноги врозь. Выполнение «березки» последующим кувырком назад ноги врозь. Выполнение перехода через планку с отталкиванием двух ног.
2. обучить технике отталкивания Имитация техники отталкивания: постановки ноги в сочетание с махом ногой и руками (в ходьбе, в беге). Имитация техники отталкивания с трех шагов разбега.
3. обучить технике дугообразного разбега Бег по кругу 10-15м с последующим отталкиванием. Доставание предмета с полного дугообразного разбега 9-11 шагов.
4. обучить технике прыжка в высоту с короткого разбега Прыжки через резинку с шага. Прыжки через резинку с трех шагов разбега. Прыжки через резинку с 3-5 шагов разбега с мостика.
5. обучить технике прыжка с полного разбега Прыжки с полного разбега, запрыгивая на мат (высота мата 120-150см). Прыжки с полного разбега, через резинку. Прыжки с полного разбега, через планку.
6. совершенствование техники прыжка Прыжки в высоту на максимальной высоте. Прыжки на постоянной высоте с укороченной паузой отдыха. Прыжки в затрудненных условиях. Прыжки на максимальный результат.

Тема 2. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»

1. обучить технике отталкивания
2. обучить технике полета и приземления
3. обучить технике в целом с короткого разбега
4. обучить прыжку с полного разбега
5. совершенствование техники прыжка
6. Сдача контрольных нормативов за второй курс.

Тема 3. Барьерный бег

1. обучить технике выполнения «атаки»
2. обучить технике «перехода» и «схода» с барьера
3. обучить технике преодоления барьера в целом
4. научить преодолению первого барьера со старта, стартового разбега
5. научить ритму беговых шагов между барьерами

Тема 4. Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»

1. обучить технике полета и приземления в целом с короткого разбега
2. совершенствование техники прыжка

Модуль 5. Урок легкой атлетики в школе

Тема 1. Система уроков по легкой атлетике

Формы организации занятий легкой атлетикой в школе. Структура занятий по легкой атлетике. Типовая структура и разновидности урока и тренировочных занятий с учащимися в зависимости от условий (места, климатических условий, наличия инвентаря и оборудования). Особенности организации занятий легкой атлетикой в условиях сельской местности. Дозировка упражнений при различной направленности урока. Разновидности учета и оценки уровня подготовленности учащихся. Меры предупреждения травматизма на уроках легкой атлетики. Особенности занятий с детьми различного возраста и пола. Критерии оценки работы учителя на уроке.

Тема 2. Уроки по легкой атлетике в начальных классах

1. Сдача техники выполнения барьерного бега, прыжка в длину с разбега
2. Бег
3. Прыжки
4. Метания
5. подвижные игры с элементами легкой атлетики

Тема 3. Уроки по легкой атлетике в 5-8 классах

1. Бег
2. Прыжки в длину
3. Прыжки в высоту
4. Метания

Тема 4. Уроки по легкой атлетике в 9-11 классах

1. Гладкий бег
2. Прыжки в длину
3. Прыжки в высоту
4. Метания

5. Образовательные технологии

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Физкультурное образование», для

реализации данной программы предусматривает проведение практических занятий. Обеспечивая единство теоретической и технологической подготовки, в процессе обучения используются разнообразные активные технологии работы: - практические имитационные игровые занятия, направленные на моделирование (проектирование) предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности. В ходе практических имитационных игровых занятий применяются имитационные методы (при реализации которых обучаемые должны играть определённые роли), которые позволяют наиболее эффективно усвоить материал и достигается существенное приближение учебного процесса к тактической производственной деятельности.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

Название темы	Задания, выносимые на СР	Формы контроля
Основы техники легкоатлетических видов	Составить таблицы типичных ошибок при обучении технике и рекомендаций по их исправлению: бега на короткие дистанции; прыжкам в высоту способами: «перешагивание», «фосбери-флоп», прыжка в длину способами: «согнув ноги», «прогнувшись» метанию мяча, барьерного бега спортивная ходьба эстафетный бег	конспект
Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов.	Судейство соревнований по легкой атлетике в Академии, в спортивных школах города. Подобрать и разработать подводящие, подготовительные и специальные упражнения для обучения легкоатлетическим видам бега на короткие дистанции; прыжкам в высоту способами: «перешагивание», «фосбери-флоп», прыжка в длину способами: «согнув ноги», «прогнувшись» метанию мяча, барьерного бега спортивная ходьба эстафетный бег	конспект
Урок легкой атлетики в школе. Основы спортивной тренировки в легкой атлетике.	Средства, методы развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости на различных этапах спортивной тренировки. Планирование тренировочного процесса (многолетнее, годовое, по периодам, макро-, мезо-, микроциклы).	реферат

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

7.1. Типовые контрольные задания

1. Знать теорию и методику преподавания видов легкой атлетики в объеме пройденной программы. Знать правила проведения соревнований по этим видам легкой атлетики.

2. Получить положительную оценку за технику выполнения

специальных беговых упражнений, технику бега на короткие дистанции, эстафетного бега без перекладывания эстафетной палочки, прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание», выполнение высоких стартов, низкого старта.

3. Получить положительную оценку за технику выполнения видов: прыжок в высоту способом «фосбери-флоп», метание малого мяча, барьерный бег, толкание ядра, прыжок в длину способом «согнув ноги». Знать подвижные игры, направленные на обучение легкоатлетическим видам.

4. Уметь составить конспект задания по легкой атлетике, уметь провести подготовительную и основную части в соответствии с поставленной задачей. Уметь составить положение о соревновании по легкой атлетике, вести протокол, судейство соревнований по легкой атлетике.

5. Методика проведения школьного урока по легкой атлетике. Уметь составлять конспект урока по легкой атлетике. Правильно формулировать цели и задачи урока.

Темы рефератов

1. История развития легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).

2. История развития легкой атлетики в регионе, области, городе.

3. Анализ техники легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).

4. Сравнительный анализ техники российских легкоатлетов и ведущих зарубежных легкоатлетов по кинограммам (отдельно по каждому виду у мужчин и женщин).

5. Уровень развития быстроты у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.

6. Уровень развития выносливости у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.

7. Уровень развития ловкости у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.

8. Уровень развития силы у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.

9. Уровень развития прыгучести у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.

10. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств студентов занимающихся и не занимающихся спортом.

11. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств учащихся выпускных классов средних школ и студентов 1 курса педагогических вузов.

12. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств студентов 1 и 2 курсов педагогических вузов.

13. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств студентов разных курсов (1-5) факультета физической культуры.

14. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств

студентов факультета физической культуры, занимающихся различными видами спорта.

Экзаменационные вопросы

1. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «фосбери-флоп». Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их исправлению.
2. Задачи и содержание заключительной части учебно-тренировочного занятия.
3. Права и обязанности судей в поле по метанию.
4. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «фосбери-флоп». Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их исправлению.
5. Задачи и содержание заключительной части учебно-тренировочного занятия.
6. Права и обязанности судей в поле по метанию.
7. Методика обучения технике эстафетного бега. Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их исправлению.
8. Соревновательный период тренировки, основные задачи этого периода.
9. Функции и задачи судей в эстафетном беге.
10. Техника бега на короткие дистанции. Факторы, влияющие на результат.
11. Принципы тренировки легкоатлетов.
12. Судейская бригада по прыжкам.
13. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их исправлению.
14. Задачи и содержание основной части учебно-тренировочного занятия.
15. Обязанности главного секретаря соревнований.
16. Методика обучения метанию малого мяча с разбега. Типичные ошибки при обучении и рекомендации по их исправлению.
17. Круглогодичная тренировка в легкой атлетике и её периодизация.
18. Правила соревнований в беге на средние и длинные дистанции. Судейство.
19. Техника барьерного бега. Факторы, влияющие на результат в барьерном беге.
20. Задачи и содержание подготовительной части учебно-тренировочного занятия.
21. Спортивные сооружения для проведения соревнований по лёгкой атлетике.
22. Техника прыжка в длину способом «согнув ноги». Факторы, влияющие на результат прыжков в длину.
23. Формы занятий по лёгкой атлетике.
24. Правила соревнований по кроссу.
25. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание». Факторы, влияющие на результат в прыжках в высоту.
26. Основная форма занятий легкой атлетикой в школе – урок.

- 27.Правила соревнований в беге на короткие дистанции. Судейство.
- 28.Методика обучения технике барьерного бега. Типичные ошибки при обучении и рекомендации по их исправлению.
- 29.Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания.
- 30.Функции и задачи счетчиков кругов.
- 31.Техника метания малого мяча с разбега. Факторы, влияющие на результат в метании.
- 32.Возникновение и развитие лёгкой атлетики.
- 33.Судейство в прыжках в высоту. Определение победителя.
- 34.Классификация легкоатлетических упражнений.
- 35.Основные средства и методы тренировки.
- 36.Положение о соревнованиях.
- 37.Структура занятия по легкой атлетики. Критерии оценки работы учителя.
- 38.Развитие и воспитание силы у легкоатлетов.
- 39.Правила соревнований в спортивной ходьбе.
- 40.Общие закономерности обучения технике легкоатлетических упражнений. Привести примеры на любом из видов.
- 41.Развитие и воспитание выносливости в легкой атлетики.
- 42.Правила соревнований в прыжках в длину. Судейство.
- 43.Техника, методика обучения технике финиширования. Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их устранению.
- 44.Развитие и воспитание гибкости легкоатлета.
- 45.Порядок и правила соревнований по многоборью.
- 46.Техника, методика обучения бегу по повороту (виражу). Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их устранению.
- 47.Развитие и воспитание ловкости легкоатлета.
- 48.Требования и фиксирование рекордов в легкой атлетики.
- 49.Техника бега на средние и длинные дистанции. Факторы, влияющие на результат.
- 50.Теоретическая подготовка легкоатлетов.
- 51.Правила соревнований по метанию малого мяча. Судейство.
- 52.Техника, методика обучения низкого старта. Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их устранению.
- 53.Техническая подготовка легкоатлетов.
- 54.Предупреждение и дисквалификация в спортивной ходьбе.
- 55.Техника, методика обучения технике высокого старта. Типичные ошибки и рекомендации по их исправлению.
- 56.Воспитание моральных качеств и психологическая подготовка легкоатлетов.
- 57.Хронометраж и фотофиниш на соревнованиях по легкой атлетики.
- 58.Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции. Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их исправлению.
- 59.Общая и специальная физическая подготовка легкоатлетов.
- 60.Функции и задачи стартера и его помощников.

61.Техника эстафетного бега. Факторы, влияющие на результат в эстафетном беге 4х100м.

62. Построение и содержание тренировки.

63.Оказание помощи спортсменам.

64.Техника спортивной ходьбы. Факторы, влияющие на результат в спортивной ходьбе.

65.Планирование многолетней тренировки легкоатлета.

66.Функции и задачи главного судьи соревнований.

67.Методика обучения технике спортивной ходьбы. Типичные ошибки при обучении технике, рекомендации по их исправлению.

68.Эволюция техники легкоатлетических упражнений.

69.Требования к одежде, обуви и номерам на соревнованиях по легкой атлетике.

70.Методика обучения технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их исправлению.

71.Особенности занятий с юными легкоатлетами.

72.Дисквалификация на соревнованиях по легкой атлетике.

73.Методика обучения бегу на короткие дистанции. Типичные ошибки при обучении, рекомендации по их исправлению.

74.Развитие и воспитание быстроты у легкоатлетов.

75.Проведение соревнований по кроссу.

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

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля -30% и промежуточного контроля - 70%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий - 10 баллов,
- участие на практических занятиях - 20 баллов.

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- контрольная работа - 70 баллов.

Критерии оценки посещения занятий

Оценка выставляется в соответствии с процентом занятий, которые посетил студент из всего количества аудиторных занятий, предусмотренных дисциплиной.

Критерии оценки участия на практических занятиях (устный опрос)

Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания устного опроса:

86-100 баллов ставится, если студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и

самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

66-85 баллов ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для 86-100 баллов, но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

51-65 балл ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

0-50 баллов ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

Критерии оценки контрольной работы

Письменная контрольная работа состоит из трех теоретических вопросов:

86-100 баллов – студент, показал всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, самостоятельно ответил на вопросы, ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, материал излагается последовательно и логично; показал отличные владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач.

66-85 баллов – студент, показал полное знание учебного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший ответивший на вопросы; показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач.

51-65 балл – студент, обнаруживший знание основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы, самостоятельно выполнивший задания, однако допустивший некоторые погрешности при ответе на вопросы;

0-50 баллов – выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебного материала, не выполнившего задания, допустившему принципиальные ошибки при ответе на вопросы, продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач.

Критерии оценки самостоятельной работы (подготовка реферата)

Основными показателями оценки выполненной студентом и представленной для проверки самостоятельной работы являются:

1. Степень соответствия выполненного задания поставленным целям, задачам и требованиям;
2. Оформление, структурирование реферата;

3. Уникальность выполненной работы (отличие от работ коллег);

4. Успешные ответы на контрольные вопросы.

Критерии оценки самостоятельной работы:

86-100 баллов – студент правильно выполнил индивидуальное самостоятельное задание. Показал отличное владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы на защите.

66-85 баллов - студент выполнил индивидуальное самостоятельное задание с небольшими неточностями. Показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов на защите.

51-65 балл – студент выполнил индивидуальное самостоятельное задание с существенными неточностями. Показал удовлетворительное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы на защите было допущено много неточностей.

0-50 баллов – при выполнении индивидуального самостоятельного задания студент продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы на защите было допущено множество неточностей.

Критерии оценки экзамена

Экзаменационный билет состоит из теоретических вопросов из курса лекций и практических работ – 100 баллов.

Проверка качества подготовки студентов на экзаменах заканчивается выставлением отметок по принятой пятибалльной шкале («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

86-100 баллов - оценка «отлично» - студент владеет знаниями по дисциплине «Легкая атлетика» в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину; самостоятельно, в логической последовательности и исчерпывающе отвечает на все вопросы билета, подчеркивая при этом самое существенное, умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделять в нем главное: устанавливать причинно-следственные связи; четко формирует ответы; хорошо знаком с основной литературой; увязывает теоретические аспекты дисциплины с прикладными задачами исследования операций и методов оптимизации.

66-85 баллов - оценка «хорошо» – студент владеет знаниями дисциплины «Легкая атлетика» почти в полном объеме программы (имеются пробелы знаний только в некоторых, особенно сложных разделах); самостоятельно и отчасти при наводящих вопросах дает полноценные ответы на вопросы билета; не всегда выделяет наиболее существенное, не допускает

вместе с тем серьезных ошибок в ответах.

51-65 балл - оценка «удовлетворительно» - студент владеет основным объемом знаний по дисциплине «Легкая атлетика»; проявляет затруднения в самостоятельных ответах, оперирует неточными формулировками; в процессе ответов допускаются ошибки по существу вопросов.

0-50 баллов – оценка «неудовлетворительно» – студент не освоил обязательного минимума знаний дисциплины «Легкая атлетика», не способен ответить на вопросы билета даже при дополнительных наводящих вопросах экзаменатора.

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

а) основная литература:

1. Жилкин, Александр Иванович. Лёгкая атлетика: учеб. пособие для вузов / Жилкин, Александр Иванович; В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - 2-е изд., стер. - М.: Академия, 2005. - 463, [1] с. - (Высшее профессиональное образование). - Допущено УМО. - ISBN 5-7695- 2249-6: 160-00.

2. Жилкин, А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник / А. И. Жилкин, А. И. Кузьмин. - 8-е изд., стер. - М.: Академия, 2016. - 933-57.

3. Грецов Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика: учебник / Г. В. Грецов. - 3-е изд., испр. - М.: Академия, 2016. - 853-88.

4. Легкая атлетика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие /. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2010. — 80 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22284.html>

б) дополнительная литература:

1. Лёгкая атлетика. Бег на короткие дистанции. Этапы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства: программа / Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2005. - 86, [1] с. - ISBN 5-85009-883-6: 113-30.

2. Лёгкая атлетика. Прыжки: программа / Федерал. агентство по физической культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2005. - 97, [1] с. - ISBN 5-9718-0021-3: 140-58

3. Лёгкая атлетика: барьерный бег: программа / Федерал. агентство по физ. культуре, спорту и туризму. - М.: Сов. спорт, 2004. - 150 с.: ил. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва). - ISBN 5-85009-944-1: 110-00.

4. Орлов Р.В. Легкая атлетика [Электронный ресурс] / Р.В. Орлов. — Электрон. текстовые данные. — М.: Человек, Олимпия Пресс, 2006. — 528 с. — 5-94299-063-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27563.html>

5. Зеличенко В.Б. Легкая атлетика. Том 1. А - Н [Электронный ресурс] : энциклопедия / В.Б. Зеличенко, В.Н. Спичков, В.Л. Штейнбах. — Электрон. текстовые данные. — М.: Человек, 2012. — 707 с. — 978-5-904885-80-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27564.html>

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

1) eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 — Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 01.04.2017). — Яз. рус., англ.

2) Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучения: [база данных] / Даг. гос. ун-т. — Махачкала, г. — Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. — URL: <http://moodle.dgu.ru/> (дата обращения: 22.03.2018).

3) Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. — Махачкала, 2010 — Режим доступа: <http://elib.dgu.ru>, свободный (дата обращения: 21.03.2018).

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

Учебная работа по дисциплине осуществляется в форме практических занятий и самостоятельной работы студентов. Изучение дисциплины способствует овладению основами техники и методики обучения легкоатлетическим упражнениям, формирует навыки проведения соревнований и использования легкоатлетических упражнений с целью совершенствования легкоатлетических качеств. Практические занятия направлены на ознакомление студентов со средствами, методами и формами обучения легкой атлетики. На практических занятиях студенты осваивают технику и методику обучения различным видам легкой атлетики. В процессе учебных занятий у студентов формируются умения и навыки самостоятельного выполнения упражнений по легкой атлетике, закрепление и совершенствование методических приемов в процессе их воспроизведения в условиях учебных занятий. При формировании и изложении учебных тем курса в них следует включать дидактически адаптированный материал других учебных дисциплин, позволяющий интегрировать полученные знания в естественно научную основу предмета «Легкая атлетика».

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

- Программное обеспечение для лекций: MS PowerPoint (MS PowerPoint Viewer), Adobe Acrobat Reader, средство просмотра изображений, табличный просмотр.

- Программное обеспечение в компьютерный класс: MS PowerPoint (MS PowerPoint Viewer), Adobe Acrobat Reader, средство просмотра изображений, Интернет, E-mail.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для

осуществления образовательного процесса по дисциплине.

Реализация учебной дисциплины требует наличия типовой учебной аудитории с возможностью подключения технических средств.

Учебная аудитория должна иметь следующее оборудование:

- Компьютер, медиа-проектор, экран.
- Программное обеспечение для демонстрации слайд-презентаций.

К каждой лабораторной работе имеются методические указания и рекомендации. Студенту дается задание, о выполнении которого он должен отчитаться перед преподавателем в конце занятия. Так же спортивного инвентаря: брусья параллельные, брусья разновысокие, маты, батут гимнастический, козел гимнастический, конь гимнастический и.т.д.