

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра легкой атлетики, водных видов спорта и туризма

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры
и спорта ПГУ им. Т.Г. Шевченко


(подпись) Трусова О.В.

“28” сентября 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине

Б1.О.30 «Легкая атлетика и методика преподавания»
на 2024/2026 учебный год

Направление подготовки:
44.03.01 «Педагогическое образование»

Профиль подготовки
«Физическая культура»

квалификация (степень) выпускника

Бакалавр

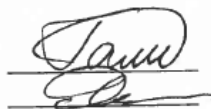
Форма обучения: (очная, заочная)

набор 2023 года

Тирасполь, 2024 г.

Рабочая программа дисциплины «*Легкая атлетика и методика преподавания*» разработана в соответствии с требованиями Государственного стандарта ВО по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование», основной профессиональной образовательной программой и учебного плана подготовки «Физическая культура».

Составители рабочей программы
 Старший преподаватель
 Старший преподаватель



Гамалицкая Г.М.
 Кольцов Д.А.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры легкой атлетики, водных видов спорта и туризма
 «26» сентября 2024 г. протокол № 1.

Зав. кафедрой-разработчика

«26» сентября 2024г.



Деркаченко И.В.

И.о. Зав. выпускающей
 кафедры
 «27» сентября 2024 г.



Спивак И.А.

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Легкая атлетика и методика преподавания» являются изучение теории и методики преподавания легкой атлетики, овладение техникой изучаемых видов, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для самостоятельной работы в системе образовательных учреждений.

Задачи дисциплины:

1. Формировать мотивацию к повышению уровня знаний ориентированную на анализ учебной, учебно-методической и научно-практической литературы и обобщение практики в области физической культуры, спорта и образования;

2. Обеспечить уровень подготовленности соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов с необходимым запасом знаний, умений и навыков, а также достаточным уровнем физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья и трудовой деятельности;

3. Ознакомить студентов с историей и основными направлениями развития видов легкой атлетики;

4. Способствовать освоению знаний и умений основ техники изучаемых видов легкой атлетики с учетом возрастных особенностей контингента обучаемых детей и уровня их физической подготовленности;

5. Изучить методику обучения видам легкой атлетики входящих в учебные программы образовательных учреждений и уметь изменить ее с учетом возраста, пола занимающихся, уровней их физического развития и физической подготовленности;

6. Сформировать умения к поиску выбора и использования физических упражнений способствующих развитию необходимых физических качеств изучаемого вида легкой атлетики, а так же относительно к уровню физической подготовленности занимающихся. Учить методике выбора и использования методов тренировки, направленных на развитие физических качеств необходимых для осуществления двигательной деятельности, согласно установленным нормативным требованиям на каждом этапе обучения или тренировки;

7. Изучить теорию и практическое применение правил организации и проведения соревнований по изучаемым видам легкой атлетики;

8. Сформировать умение поиска информации по легкой атлетике на основе печатных и электронных носителей, эффективно работать с научно-методической литературой: анализировать, обобщать и самостоятельно интерпретировать профессионально значимую информацию;

9. Содействовать повышению уровня компетенций и компетентностей необходимых выпускнику в профессиональной деятельности, социальной активности и личностном развитии;

10. Способствовать формированию общей культуры личности обучающихся, в рамках направления подготовки «Педагогическое образование» по профилю «Физкультурное образование» средствами физической культуры, средствами современной массовой информации приобщать к пропагандистской и информационной деятельности, по вопросам влияния занятий физической культурой на укрепление здоровья, поддержание работоспособности, активного долголетия, соблюдения здорового образа жизни, привлечения детей, молодежи и взрослого населения к занятиям физическими упражнениями и спортом.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Учебная дисциплина «Легкая атлетика и методика преподавания» относится к вариативной части профессионального цикла (Б1.О.17).

Для освоения дисциплины «Легкая атлетика и методика преподавания» студенты опираются на знания, умения, навыки сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Теория и методика физической культуры и спорта»: «Педагогики», «Психологии», «Анатомии и физиологии человека», «Биомеханики», «Теории и методики гимнастики» и ряда других дисциплин учебного плана находящихся в рамках направления подготовки 6.44.03.01 «Педагогическое образование» профиля «Физкультурное образование».

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций приведенных в таблице ниже:

Категория (группа) компетенций	Код и наименование	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Обще-профессиональные компетенции:		
Совместная и индивидуальная учебная и воспитательная деятельность обучающихся	ОПК-3 Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ИД-1 ОПК-3 Знает: - возрастные особенности развития личности; - современные средства и методы обучения и воспитания; - современные виды спорта и особенности соревновательной деятельности; - особенности проведения творческих конкурсов и олимпиад по образовательным предметам; - особенности индивидуального обучения различных категорий обучающихся - современные оздоровительные технологии. ИД-2 ОПК-3 Умеет: - планировать и осуществлять индивидуальную работу с обучающимися; - использовать средства и методы обучения и воспитания, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся; - использовать современные средства физической культуры и спорта, оздоровительные технологии, исходя их индивидуальных особенностей обучающихся; ИД-3 ОПК-3 Владеет: - способами индивидуального обучения; - навыками педагогического взаимодействия при реализации индивидуального обучения; - навыками реализации индивидуального обучения для различных возрастно-половых и социально-демографических групп обучающихся.
Контроль и оценка	ОПК-5 Способен осуществлять контроль и	ИД-1 ОПК-5 Знает: - основные положения и принципы педагогики;

формирования результатов образования	оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении.	- методы педагогического контроля и контроля качества обучения; - актуальные дидактические технологии. ИД-2 ОПК-5 Умеет: использовать в профессиональной деятельности основные положения и принципы педагогики;
		- применять методы педагогического контроля и контроля качества обучения; - применять актуальные дидактические технологии обучения. ИД-3 ОПК-5 Владеет: навыками организации обучения на основе положений и принципов педагогики;

4. Структура и содержание дисциплины «Легкая атлетика и методика преподавания»

4.1.Распределение трудоемкости в з.е./часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам: очное отделение

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемк ость, з.е./часы	В том числе					
		Аудиторных				Самост . работы	
		Всего	Лекций	Лабор. раб.	Практич. зан.		
3	3/108	36	4	32	-	72	текущий
4	2/72	40	8	32	-	32	зачет
5	2/72	36	4	32	-	36	зачет
6	2/72	36	6	30	-	-	Экзамен 36 ч.
ИТОГО:	9/324	148	22	126	-	140	36

Заочное отделение

Семестр	Количество часов						Форма итогового контроля
	Трудоемк ость, з.е./часы	В том числе					
		Аудиторных				Самост. Работы	
		Всего	Лекций	Лабор. Раб.	Контр.раб		
4	3/108	10	2	8	-	98	
5	2/72	10	2	8	-	58	
6	2/72	10	2	8	-	62	зачет
7	2/72	16	2	14	-	47	Экзамен 9 ч.
ИТОГО:	9/324	46	8	38	-	265	9

4.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

очное отделение

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеауд. работа (СР)
			Л	ПЗ	ЛЗ	
1	История, основные направления и классификация видов легкой атлетики.	108	4		32	72
2	Основы и анализ техники видов легкой атлетики.	72	8		32	32
3	Методика обучения видам легкой атлетики.	72	4		32	36
4	Методика занятий легкой атлетикой в школе.	72	6		30	-
	ИТОГО:	324	22		126	140

заочное отделение

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеауд. работа (СР)
			Л	ПЗ	ЛЗ	
1	История, основные направления и классификация видов легкой атлетики.	108	2		8	98
2	Основы и анализ техники видов легкой атлетики.	72	2		8	58
3	Методика обучения видам легкой атлетики.	72	2		8	62
4	Методика занятий легкой атлетикой в школе.	72	2		14	47
	ИТОГО:	324	8		38	265

4.3. Тематический план по видам учебной деятельности

Лекции

Очное отделение

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
История, основные направления и классификация видов легкой атлетики.				
1	1	2	Введение в предмет. Классификация и характеристика видов лёгкой атлетики.	Учебно-методическое пособие, таблицы
2	1	2	Основы техники легкоатлетических видов: - ходьбы и бега - прыжков - метаний Анализ техники спортивной ходьбы и бега на различные дистанции, и основные упражнения при обучении.	Учебно-методическое пособие, рисунки,
Итого по		4		

разделу часов				
Основы и анализ техники видов легкой атлетики.				
1	2	4	Анализ техники горизонтальных прыжков, вертикальных прыжков и метаний с различного разбега.	Учебно-методическое пособие, рисунки,
2	2	4	Основы методики обучения технике л/а видов. Урок как основная форма проведения занятий по легкой атлетике.	Учебно-методическое пособие
Итого по разделу часов		8		
Методика обучения видам легкой атлетики.				
1	3	4	Методика проведения урока по л/атл. при обучении технике беговых видов.	Учебно-методическое пособие, технич. устройства, рисунки
Итого по разделу часов		4		
Методика занятий легкой атлетикой в школе.				
1	4	2	Методика проведения урока по л/атл. при обучении технике метаний и прыжков	Учебно-методическое пособие
2	4	4	Основы методики спортивной тренировки в различных видах лёгкой атлетики с занимающимися различных возрастных групп, квалификации, пола.	Учебно-методическое пособие
Итого по разделу часов		6		
	ВСЕГО:	22		

Заочное отделение

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объём часов	Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
История, основные направления и классификация видов легкой атлетики.				
1	1	1	Введение в предмет. Классификация и характеристика видов лёгкой атлетики.	Учебно-методическое пособие, таблицы
2	1	1	Основы техники легкоатлетических видов: - ходьбы и бега - прыжков - метаний Анализ техники спортивной ходьбы и бега на различные дистанции, и основные упражнения при обучении.	Учебно-методическое пособие, рисунки,
Итого по		2		

разделу часов				
Основы и анализ техники видов легкой атлетики.				
1	2	1	Анализ техники горизонтальных прыжков, вертикальных прыжков и метаний с различного разбега.	Учебно-методическое пособие, рисунки,
2	2	1	Основы методики обучения технике л/а видов. Урок как основная форма проведения занятий по легкой атлетике.	Учебно-методическое пособие
Итого по разделу часов		2		
Методика обучения видам легкой атлетики.				
1	3	2	Методика проведения урока по л/атл. при обучении технике беговых видов.	Учебно-методическое пособие, технич. устройства, рисунки
Итого по разделу часов		2		
Методика занятий легкой атлетикой в школе.				
1	4	1	Методика проведения урока по л/атл. при обучении технике метаний и прыжков	Учебно-методическое пособие
2	4	1	Основы методики спортивной тренировки в различных видах лёгкой атлетики с занимающимися различных возрастных групп, квалификации, пола.	Учебно-методическое пособие
Итого по разделу часов		2		
	ВСЕГО:	8		

Лабораторные занятия

Очное отделение

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема лабораторного занятия	Наименование лабораторий	Учебно-наглядные пособия
История, основные направления и классификация видов легкой атлетики.					
1	1	8	Обучение технике спортивной ходьбы: - положение отдельных частей тела во время движения; - техника движения ног, рук, дыхание.	л/а манеж	
2	1	8	Обучение технике бега на средние и длинные дистанции. Положение отдельных частей тела во время движения. Техника движения ног, рук.	л/а манеж	

			Техника выполнения стартового положения и его разновидности. Техника бега по прямой, по повороту. Техника финиширования. Дыхание		
3	1	8	Обучение технике бега на короткие дистанции Положение отдельных частей тела во время движения. Техника движения ног, рук. Техника выполнения стартового положения и его разновидности. Техника бега по прямой, по повороту. Техника финиширования. Дыхание.	л/а манеж	
4	1	8	Обучение технике эстафетного бега. Техника передачи и приема эстафетной палочки. Техника выполнения стартового разгона.	л/а манеж	
Итого по разделу		32			
Основы и анализ техники видов легкой атлетики.					
1	2	6	Обучение технике прыжка в длину способом «Согнув ноги», «Прогнувшись», «Бег по воздуху». Техника отталкивания и приземления. Техника разбега. Техника движений в полете. Техника целостного выполнения прыжка.	л/а манеж	
2	2	6	Обучение технике тройного прыжка с разбега. Техника отталкивания и приземления. Техника разбега. Техника движений в полете. Техника целостного выполнения прыжка.	л/а манеж	
3	2	6	Обучение технике прыжка в высоту с разбега способом «Перешагивание». Техника отталкивания и приземления. Техника разбега Техника движений в полете. Техника целостного выполнения прыжка.	л/а манеж	
4	2	6	Обучение технике метания малого мяча (гранаты). Техника держания снаряда. Техника финального усилия. Техника выполнения разбега беговыми шагами. Техника выполнения разбега скрестными шагами в метании мяча. Техника остановки после выпуска снаряда и выхода из сектора.	л/а манеж	
5	2	8	Методика проведения урока по л/атл. при обучении технике спортивной ходьбы и бега на короткие, средние и длинные дистанции (в т.ч. бега с преодолением препятствий, эстафетный бег).	л/а манеж	
Итого по разделу		32			

Методика обучения видам легкой атлетики.					
1	3	32	Методика проведения урока при обучении технике спортивной ходьбы и бега на средние и длинные дистанции (в т.ч. бега с преодолением препятствий), бега на короткие дистанции (в т.ч. барьерного бега и эстафетного). Методика на этапе начального обучения. Методика на этапе дальнейшего обучения отдельным движениям и элементам. Методика на этапе обучения целостного выполнения упражнения.	л/а манеж	
Итого по разделу		32			
Методика занятий легкой атлетикой в школе.					
1	4	4	Методика проведения урока при обучении технике горизонтальных прыжков	л/а манеж	
2	4	4	Методика проведения урока при обучении технике вертикальных прыжков	л/а манеж	
3	4	4	Методика проведения урока при обучении технике различных метаний.	л/а манеж	
4	4	6	Методика проведения учебного тренировочного занятия с юными бегунами и скороходами.	л/а манеж	
5	4	6	Методика проведения учебного тренировочного занятия с юными прыгунами.	л/а манеж	
6	4	6	Методика проведения учебного тренировочного занятия с юными метателями.	л/а манеж	
Итого по разделу		30			

Заочное отделение

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема лабораторного занятия	Наименование лаборатории	Учебно-наглядные пособия
История, основные направления и классификация видов легкой атлетики.					
1	1	2	Обучение технике спортивной ходьбы: - положение отдельных частей тела во время движения; - техника движения ног, рук, дыхание.	л/а манеж	
2	1	2	Обучение технике бега на средние и длинные дистанции. Положение отдельных частей тела во время	л/а манеж	

			движения. Техника движения ног, рук. Техника выполнения стартового положения и его разновидности. Техника бега по прямой, по повороту. Техника финиширования. Дыхание		
3	1	2	Обучение технике бега на короткие дистанции Положение отдельных частей тела во время движения. Техника движения ног, рук. Техника выполнения стартового положения и его разновидности. Техника бега по прямой, по повороту. Техника финиширования. Дыхание.	л/а манеж	
4	1	2	Обучение технике эстафетного бега. Техника передачи и приема эстафетной палочки. Техника выполнения стартового разгона.	л/а манеж	
Итого по разделу		8			
Основы и анализ техники видов легкой атлетики.					
1	2	2	Обучение технике прыжка в длину способом «Согнув ноги», «Прогнувшись», «Бег по воздуху». Техника отталкивания и приземления. Техника разбега. Техника движений в полете. Техника целостного выполнения прыжка.	л/а манеж	
2	2	1	Обучение технике тройного прыжка с разбега. Техника отталкивания и приземления. Техника разбега. Техника движений в полете. Техника целостного выполнения прыжка.	л/а манеж	
3	2	2	Обучение технике прыжка в высоту с разбега способом «Перешагивание». Техника отталкивания и приземления. Техника разбега Техника движений в полете. Техника целостного выполнения прыжка.	л/а манеж	
4	2	1	Обучение технике метания малого мяча (гранаты). Техника держания снаряда. Техника финального усилия. Техника выполнения разбега беговыми шагами. Техника выполнения разбега скрестными шагами в метании мяча. Техника остановки после выпуска снаряда и выхода из сектора.	л/а манеж	
5	2	2	Методика проведения урока по л/атл. при обучении технике спортивной ходьбы и бега на короткие, средние и длинные дистанции (в т.ч. бега с преодолением препятствий, эстафетный бег).	л/а манеж	

Итого по разделу		8			
Методика обучения видам легкой атлетики.					
1	3	8	Методика проведения урока при обучении технике спортивной ходьбы и бега на средние и длинные дистанции (в т.ч. бега с преодолением препятствий), бега на короткие дистанции (в т.ч. барьерного бега и эстафетного). Методика на этапе начального обучения. Методика на этапе дальнейшего обучения отдельным движениям и элементам. Методика на этапе обучения целостного выполнения упражнения.	л/а манеж	
Итого по разделу		8			
Методика занятий легкой атлетикой в школе.					
1	4	2	Методика проведения урока при обучении технике горизонтальных прыжков	л/а манеж	
2	4	2	Методика проведения урока при обучении технике вертикальных прыжков	л/а манеж	
3	4	2	Методика проведения урока при обучении технике различных метаний.	л/а манеж	
4	4	2	Методика проведения учебного тренировочного занятия с юными бегунами и скороходами.	л/а манеж	
5	4	4	Методика проведения учебного тренировочного занятия с юными прыгунами.	л/а манеж	
6	4	2	Методика проведения учебного тренировочного занятия с юными метателями.	л/а манеж	
Итого по разделу		14			

Самостоятельная работа обучающегося

Очное отделение

Раздел дисциплины	№ п/п	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)
Раздел 1	1	История развития легкой атлетики	10
	2	Специальные беговые и прыжковые упражнения в подготовительной части урока по легкой атлетике.	10
	3	Анализ техники спортивной ходьбы	10
	4	Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.	10

	5	Анализ техники бега на короткие дистанции	10
	6	Анализ техники эстафетного бега	12
	7	Анализ техники бега с преодолением препятствий	10
Итого по разделу:			72
Раздел 2	1	Анализ техники специально-беговых и прыжковых упражнений: - техника бега с захлестом голени; - с высоким подниманием бедра; -техника бега «колесо» - техника семенящего бега, прыжкового бега. -техника прыжков «подскоки» на каждый шаг. -техника бега с ноги на ногу «в шаге». - техника прыжка «в шаге» отталкиванием на каждый нечетный шаг: 1-ый, 3-ый, 5-ый.	4
	2	Составление план-конспекта подготовительной части урока по легкой атлетике	2
	3	Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «Согнув ноги», "Прогнувшись" и "Бег по воздуху".	2
	4	Анализ техники тройного прыжка	2
	5	Анализ техники прыжка в высоту с разбега способом «Перешагивание».	2
	6	Анализ техники малого мяча.	2
	7	Анализ техники прыжка в высоту способом "Фосбюри-флоп".	2
	8	Анализ техники метания копья	2
	9	Анализ техники толкания ядра.	2
	10	Анализ техники метания диска	2
	11	Методика проведения урока по л/атл. при обучении технике спортивной ходьбы и бега на короткие, средние и длинные дистанции (в т.ч. бега с преодолением препятствий, эстафетный бег).	10
Итого по разделу:			32
Раздел 3	1	Особенности методики проведения урока по легкой атлетике с учащимися различных возрастов.	10
	2	Последовательность обучения технике спортивной ходьбы и бега на различные дистанции в том числе (бег с препятствиями и эстафетный бег) – составление план-схемы и план-конспекта урока.	6
	3	Теоретические основы тренировки в легкой атлетике на различных этапах подготовки.	4
	4	Последовательность обучения технике прыжков и метаний.	4
	5	Последовательность обучения технике горизонтальных прыжков – составление план-схемы и план-конспекта урока.	4
	6	Последовательность обучения технике вертикальных прыжков – составление план-схемы и план-конспекта урока.	4
	7	Последовательность обучения технике различных метаний – составление план-схемы и план-конспекта урока.	4

Итого по разделу:	36
Всего	140

Заочное отделение

Раздел дисциплины	№ п/п	Тема и вид СРС	Трудоемкость (в часах)
Раздел 1	1	История развития легкой атлетики	20
	2	Специальные беговые и прыжковые упражнения в подготовительной части урока по легкой атлетике.	20
	3	Анализ техники спортивной ходьбы	20
	4	Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.	20
	5	Анализ техники бега на короткие дистанции	18
Итого по разделу:			98
Раздел 2	1	Анализ техники прыжка в длину способом «Согнув ноги».	10
	2	Анализ техники прыжка в высоту способом «Перешагивание» и "Фосбюри-флоп".	10
	3	Анализ техники метания малого мяча.	10
	4	Анализ техники толкания ядра.	10
	5	Анализ техники эстафетного бега.	10
	6	Анализ техники прыжка в длину с разбега способом "Прогнувшись" и "Бег по воздуху".	8
Итого по разделу:			58
Раздел 3	1	Особенности методики проведения урока по легкой атлетике с учащимися различных возрастов.	20
	2	Последовательность обучения технике спортивной ходьбы и бега на различные дистанции в том числе (бег с препятствиями и эстафетный бег) – составление план-схемы и план-конспекта урока.	20
	3	Последовательность обучения технике горизонтальных прыжков – составление план-схемы и план-конспекта урока. Последовательность обучения технике вертикальных прыжков – составление план-схемы и план-конспекта урока. Последовательность обучения технике различных метаний – составление план-схемы и план-конспекта урока.	22
Итого по разделу:			62
Раздел 4	1	Методика проведения урока по легкой атлетике при обучении технике метаний и прыжков	10
	2	Теоретические основы тренировки в легкой атлетике на различных этапах подготовки.	10
	3	Последовательность обучения технике прыжков и метаний. составление план-схемы и план-конспекта урока.	10
	4	Методика тренировки в спортивной ходьбе и беге на	10

		различные дистанции	
	5	Методика тренировки в различных прыжках и метаниях	7
Итого по разделу:			47
Итого:			265

5. *Примерная тематика курсовых проектов (работ) – нет.*

6. *Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.*

6.1. *Обеспеченность обучающихся учебниками, учебными пособиями:*

№	Наименование учебника, учебного пособия	Автор	Год издания	Кол -во экз.	Электронная версия	Место размещения электронной версии
Основная литература:						
1.	Легкая атлетика: Учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры высш. пед. учеб. зав. /	Жилкин А.И.	2003	10	есть	https://athletics.neocities.org/literature/Legkay_atletika
2.	Легкая атлетика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура"	Чесноков Н.Н. Никитушкин, В.Г.	2010	5	нет	
3.	Легкая атлетика : Правила соревнований ВФЛА /		2007.	10	нет	

6.2. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. Видео материалы с Чемпионатов мира, Европы и Олимпийских Игр по теме «Техника легкоатлетических упражнений».

2. Мультимедийное сопровождение лекционного материала (PowerPoint):

3..Справочно-информационные

сайты:

rusathletics.com, trackandfield.ru, mosathletics.ru, runners.ru, iaaf.org, european-athletics.com, iaaf.ru.

6.3. Методические указания и материалы по видам занятий.

Особое место в овладении данным курсом отводится самостоятельной работе студентов, которая включает участие студентов в практической работе по организации и судейству соревнований по легкой атлетике.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Университет имеет современную информационную базу, обеспечивающую возможность оперативного получения и обмена информацией с отечественными и зарубежными вузами, предприятиями и организациями.

Компьютеризация учебного процесса обеспечивается в учебном компьютерном зале с выходом в интернет.

Для проведения учебно-тренировочного процесса факультет использует базу легкоатлетического манежа СДЮШОР-2 им. В.Б. Долгина. Обеспечивает занятия по легкой атлетике инвентарем, необходимым для эффективного и качественного проведения занятий.

8. Методические рекомендации по организации изучаемой дисциплины.

Основными формами аудиторных занятий являются практические занятия.

Содержание занятий направлено на овладение профессиональными компетенциями для грамотного проведения занятий учебно-тренировочной и оздоровительной направленности, организации и судейства соревнований, анализа соревновательной и тренировочной деятельности.

Внеаудиторная самостоятельная работа занимает особое место в овладении изучаемым курсом. Самостоятельная работа проводится по каждому разделу дисциплины и включает подготовку к проведению зачетных занятий и судейству соревнований, самостоятельное выполнение расчетно-графических работ, решение конкретных профессионально-ориентированных задач. Аудиторную самостоятельную работу проводят, как правило, в форме отчетов-консультаций по каждому самостоятельно выполненному заданию.

9. Технологическая карта дисциплины.

Курс II, III (семестр III, IV, V, VI) группа 201, 202, 302.

Преподаватели, ведущие практические занятия: старший преподаватель Кольцов Д.А,

Кафедра: легкой атлетики водных видов спорта и туризма

II курс

Наименование дисциплины / курса	Уровень// ступень образования (бакалавриат, специалитет, магистратура)	Статус дисциплины в рабочем учебном плане (А, Б, В, Г)	Количество зачетных единиц / кредитов	
Легкая атлетика и методика преподавания	бакалавриат	Б	5/3	
Смежные дисциплины по учебному плану:				
Предшествующие: анатомия, теория и методика физического воспитания, общая психология, история физической культуры, гимнастика.				
Последующие: легкая атлетика и методика преподавания, биомеханика, биохимия, физиология, теория спорта.				
ВВОДНЫЙ МОДУЛЬ (входной рейтинг-контроль, проверка «остаточных» знаний по смежным дисциплинам)				
Тема, задание или мероприятие входного контроля	Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудиторная	Миним. количеств о баллов	Максим. количеств о баллов
Контрольно технические нормативы: ОФП	тестирование	А	5	10
СФП			5	10
Итого:			10	20

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ (проверка знаний и умений по дисциплине)				
Тема, задание или мероприятие текущего контроля	Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудиторная	Миним. количество баллов	Максим. количество баллов
Правила соревнований	тест	А	5	10
	конспект	В	5	10
Подбор упражнений, составление плана-конспекта и проведение подготовительной части урока по легкой атлетике	конспект	А	5	10
	проведение	А	5	10
Участие в соревнованиях	оценка	А	-	20
Итого:			20	60
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ				
Тема, задание или мероприятие дополнительного контроля	Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудиторная	Миним. количество баллов	Максим. количество баллов
Посещаемость	-	А	5	10
Итого:			5	10
Итого максимум:			35	100

Шкурс

Наименование дисциплины / курса	Уровень// ступень образования (бакалавриат, специалитет, магистратура)	Статус дисциплины в рабочем учебном плане (А, Б, В, Г)	Количество зачетных единиц / кредитов
Легкая атлетика и методика преподавания	бакалавриат	Б	4/2

Смежные дисциплины по учебному плану:

Предшествующие: анатомия, теория и методика физического воспитания, общая психология, история физической культуры, гимнастика.

Последующие: легкая атлетика и методика преподавания, биомеханика, биохимия, физиология, теория спорта.

ВВОДНЫЙ МОДУЛЬ

(входной рейтинг-контроль, проверка «остаточных» знаний по смежным дисциплинам)

Тема, задание или мероприятие входного контроля	Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудиторная	Миним. Количество баллов	Максим. Количество баллов
Контрольно технические нормативы: ОФП	тестирование	А	5	10
СФП			5	10
Итого:			10	20

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ

 (проверка знаний и умений по дисциплине)

Тема, задание или мероприятие текущего контроля	Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудиторная	Миним. Количество баллов	Максим. Количество баллов
Правила соревнований	тест	А	5	10
	конспект	В	5	10
Подбор упражнений, составление	конспект	А	5	10

плана-конспекта и проведение подготовительной части урока по легкой атлетике	проведение	А	5	10
Участие в соревнованиях	оценка	А	-	10
Судейство соревнований	оценка	А	-	10
Итого:			20	60
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ				
Тема, задание или мероприятие дополнительного контроля	Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудиторная	Миним. количество баллов	Максим. количество баллов
Посещаемость	-	А	5	10
Итого:			5	10
Итого максимум:			35	100

Дополнительные требования для студентов, отсутствующих на занятиях по уважительной причине: - обязательное выполнение внеаудиторных письменных работ в соответствии с темой пропущенного занятия.