

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования\_  
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет  
им. Н.И. Лобачевского»**

Институт клинической медицины

---

УТВЕРЖДЕНО  
решением Ученого совета ННГУ  
протокол № 10 от 02.12.2024 г.

**Рабочая программа дисциплины**

Легкая атлетика и методика преподавания в адаптивной физической  
культуре

---

Уровень высшего образования  
Бакалавриат

---

Направление подготовки / специальность  
49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)

---

Направленность образовательной программы  
Физическая реабилитация

---

Форма обучения  
очная, заочная

---

г. Нижний Новгород

2025 год начала подготовки

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.ДВ.03.01 Легкая атлетика и методика преподавания в адаптивной физической культуре относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
ПК-11: Способен использовать методы измерения, оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья, вносить коррекцию в педагогические и восстановительные воздействия и оценивать их эффективность.	<p>ПК-11.1: Способен разрабатывать физкультурно-спортивный раздел мероприятий индивидуального маршрута реабилитации и согласование его с членами реабилитационной команды; -прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков индивидуума; - определять готовность индивидуума к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.</p> <p>ПК-11.2: Способен взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации в интересах индивидуума; - обучать родителей (законных представителей), педагогов образовательных организаций, специалистов медицинских, социозащитных учреждений методам физической реабилитации, воспитания физических способностей; -</p>	<p>ПК-11.1:</p> <p>Способен разрабатывать физкультурно-спортивный раздел мероприятий индивидуального маршрута реабилитации и согласование его с членами реабилитационной команды; прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков индивидуума; определять готовность индивидуума к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.</p> <p>ПК-11.2:</p> <p>Способен взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации в интересах индивидуума; обучать родителей (законных представителей), педагогов образовательных организаций, специалистов медицинских, социозащитных учреждений методам физической реабилитации, воспитания физических способностей;</p>	<p>Доклад</p> <p>Опрос</p> <p>Практическая задача</p> <p>Реферат</p>	<p>Экзамен:</p> <p>Контрольные вопросы</p> <p>Практическая задача</p>

	консультировать по вопросам обустройства физической реабилитационной среды для индивидуума и оптимальным способам адаптации к ней. ПК-11.3: Способен оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого индивидуума, его ближайшего окружения и средовых ресурсов.	консультировать по вопросам обустройства физической реабилитационной среды для индивидуума и оптимальным способам адаптации к ней.  ПК-11.3: Способен оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого индивидуума, его ближайшего окружения и средовых ресурсов.		
--	--	--	--	--

### 3. Структура и содержание дисциплины

#### 3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная	заочная
<b>Общая трудоемкость, з.е.</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
в том числе		
<b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>		
- занятия лекционного типа	16	4
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	16	4
- КСР	2	2
<b>самостоятельная работа</b>	<b>38</b>	<b>89</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>36</b> Экзамен	<b>9</b> Экзамен

#### 3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)		в том числе							
			Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них						Самостоятельная работа обучающегося, часы	
			Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы		Всего			
	0 Ф 0	3 Ф 0	0 Ф 0	3 Ф 0	0 Ф 0	3 Ф 0	0 Ф 0	3 Ф 0	0 Ф 0	3 Ф 0

Тема 1. Теоретические основы использования легкой атлетики в системе оздоровительной тренировки	5	9	2	1	1		3	1	2	8
Тема 2. Ходьба как средство оздоровительной тренировки	8	9	2	1	2		4	1	4	8
Тема 3. Бег в системе оздоровительной тренировки	7	9	2		1	1	3	1	4	8
Тема 4. Составление программ физкультурно-оздоровительных занятий по легкой атлетике для лиц с ограниченными возможностями здоровья	6	9	1		1	1	2	1	4	8
Тема 5. Контроль за уровнем физической подготовленности во время оздоровительных занятий по легкой атлетике	4	8	1		1		2	0	2	8
Тема 6. Легкая атлетика в системе адаптивного физического воспитания	5	10	2	1	1		3	1	2	9
Тема 7. Легкая атлетика как вид паралимпийского спорта	8	9	2	1	2		4	1	4	8
Тема 8. Легкая атлетика как вид сурдлимпийского спорта	6	8	1		1		2	0	4	8
Тема 9. Легкая атлетика как вид спорта Специальной Олимпиады	7	9	1		2	1	3	1	4	8
Тема 10. Организация и проведение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ	7	9	1		2	1	3	1	4	8
Тема 11. Техника безопасности во время занятий и соревнований легкой атлетике для лиц с ОВЗ	7	8	1		2		3	0	4	8
Аттестация	36	9								
КСР	2	2						2	2	
Итого	108	108	16	4	16	4	34	10	38	89

### Содержание разделов и тем дисциплины

Раздел I. Легкая атлетика в системе физкультурно-оздоровительной работы для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Тема 1. Теоретические основы использования легкой атлетики в системе оздоровительной тренировки. Оздоровительный эффект занятий легкой атлетикой. Доступность легкоатлетических видов спорта. Разностороннее влияние занятий легкой атлетикой на организм человека. Прикладное значение занятий легкой атлетикой.

Тема 2. Ходьба как средство оздоровительной тренировки.

Возможность использования ходьбы как средства оздоровительной тренировки. Техника оздоровительной ходьбы. Виды оздоровительной ходьбы. Дозировка нагрузки во время занятий ходьбой. Требования к экипировке во время занятий оздоровительной ходьбой.

Тема 3. Бег в системе оздоровительной тренировки.

Возможность использования бега как средства оздоровительной тренировки. Техника оздоровительного бега. Разновидности оздоровительного бега. Комплексы беговых упражнений. Дозировка нагрузки во время занятий бегом. Сочетание занятий бегом и ходьбой в оздоровительной тренировке.

Тема 4. Составление программ физкультурно-оздоровительных занятий по легкой атлетике для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Программы физкультурно-оздоровительных занятий по легкой атлетике для лиц молодого, среднего и пожилого возраста. Учет физического состояния и подготовленности занимающихся при составлении программ занятий с элементами легкой атлетики. Дозировка физической нагрузки во время оздоровительных занятий по легкой атлетике

Тема 5. Контроль и самоконтроль во время оздоровительных занятий по легкой атлетике. Функциональные пробы как средство контроля за физическим состоянием занимающихся. Тестирование уровня развития физических качеств у лиц различных возрастных групп. Самоконтроль во время оздоровительных занятий легкой атлетикой.

Раздел II. Легкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре

Тема 1. Легкая атлетика в системе адаптивного физического воспитания.

Место легкой атлетики в системе адаптивного физического воспитания. Виды легкой атлетики в процессе физического воспитания детей с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.. Построение учебных занятий по легкой атлетике с учетом нозологий детей с ОВЗ.

Тема 2. Легкая атлетика как вид паралимпийского спорта.

Дисциплины и правила соревнований по легкой атлетике в программе Паралимпийских игр.

Особенности соревновательной деятельности спортсменов с нарушением зрения, опорно-двигательного аппарата, травмами спинного мозга. Построение тренировочных занятий в различных видах легкой атлетики по программе Паралимпийских игр.

Тема 3. Легкая атлетика как вид сурдлимпийского спорта.

Дисциплины и правила соревнований по легкой атлетике в программе Сурдлимпийских игр.

Особенности соревновательной деятельности спортсменов с нарушением слуха в легкой атлетике.

Построение тренировочных занятий в различных видах легкой атлетики по программе Сурдлимпийских игр.

Тема 4. Легкая атлетика как вид спорта Специальной Олимпиады.

Дисциплины и правила соревнований по легкой атлетике в программе Специальной Олимпиады.

Особенности соревновательной деятельности спортсменов с нарушением интеллекта в легкой атлетике.

Построение тренировочных занятий в различных видах легкой атлетики по программе Специальной Олимпиады.

Тема 5. Организация и проведение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ.

Организация и судейство соревнований по легкой атлетике в программе паралимпийских, сурдлимпийских и Специальных Олимпийских игр. Судейская документация для проведения соревнований по легкой атлетике в видах адаптивного спорта. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ.

Тема 6. Техника безопасности во время занятий и соревнований легкой атлетике для лиц с ОВЗ.

Техника безопасности до и после проведения занятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ. Меры безопасности на спортивных сооружениях (беговых дорожках и секторах), природных зонах во время занятий по легкой атлетике для лиц с нарушением зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата. Первая помощь при травмах и повреждениях.

#### **4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Оринчук В. А. Легкая атлетика и методика преподавания: учебное пособие / В.А. Оринчук, А.Н. Оринчук. 2-е изд. перераб. и дополн. Нижний Новгород: Типография «ЦветМир» ИП Гаврилов С.В., 2020. 304 с.

## **5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

### **5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:**

#### **5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Доклад) для оценки сформированности компетенции ПК-11:**

1. Легкая атлетика в системе оздоровительной тренировки.
2. Содержание, формы организации и методика проведения оздоровительной тренировки в легкой атлетике.
3. Требования к планированию и проведению физкультурно-оздоровительных занятий легкой атлетикой в адаптивной физической культуре.
4. Современные системы занятий оздоровительным бегом.
5. Современные системы занятий оздоровительной ходьбой.
6. Построение оздоровительных занятий с использованием различных видов ходьбы и бега.
7. Содержание занятий с использованием оздоровительного бега.
8. Сочетание ходьбы и бега в оздоровительных занятиях лиц зрелого и пожилого возраста.
9. Содержание оздоровительных занятий с использованием прыжковых упражнений и метаний для лиц различных возрастных групп.
10. Средства контроля за физической подготовленностью и состоянием здоровья в процессе занятий оздоровительным бегом и ходьбой.
11. Комплекс ГТО как программная и нормативная основа физического воспитания лиц различных возрастных групп.
12. Содержание общей физической подготовки в отдельных видах адаптивной легкой атлетики (вид легкой атлетики и нозология занимающихся по выбору).
13. Методика обучения в легкой атлетике двигательным действиям лицам с ограниченными возможностями здоровья.
14. Применение приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений в адаптивной легкой атлетике.

15. Легкая атлетика как базовый вид адаптивного физического воспитания.
16. Организация занятий по легкой атлетике в образовательных организациях для школьников с ОВЗ (нозологизация детей по выбору).
17. Классификация спортсменов-инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата в соревнованиях по легкой атлетике.
18. Классификация спортсменов-инвалидов с ампутациями в соревнованиях по легкой атлетике.
19. Классификация спортсменов-инвалидов с нарушением слуха и зрения в соревнованиях по легкой атлетике.
20. Классификация спортсменов-инвалидов с нарушением интеллекта в соревнованиях по легкой атлетике.
21. Классификация спортсменов-инвалидов с нарушением зрения, слуха и интеллекта в соревнованиях по легкой атлетике.
22. Классификация спортсменов-инвалидов с травмами спинного мозга и последствиями ДЦП в соревнованиях по легкой атлетике.
23. Классификация спортсменов-инвалидов с травмами спинного мозга и последствиями ДЦП в соревнованиях по легкой атлетике.
24. Специальная физическая подготовка в отдельных видах легкой атлетики (вид легкой атлетики и нозологизация занимающихся по выбору).
25. Техническая подготовка в отдельных видах адаптивной легкой атлетики (вид легкой атлетики и нозологизация занимающихся по выбору).
26. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике для спортсменов с нарушением зрения.
27. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике для спортсменов с нарушением слуха.
28. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике для спортсменов с нарушением интеллекта.
29. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике для спортсменов с последствиями ДЦП.
30. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике для спортсменов-колясочников.
31. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике для спортсменов с ампутациями.
32. Обеспечение мер безопасности во время соревнований и занятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ.

### **Критерии оценивания (оценочное средство - Доклад)**

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Доклад студента структурирован и логичен. Студент свободно оперирует терминологией,

Оценка	Критерии оценивания
	ориентируется в своей работе, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов, хорошо аргументируя свой ответ.
не зачтено	Доклад не раскрывает тему и основные вопросы, имеются логические нарушения в представлении материала. Ответы содержательно не соответствуют поставленным вопросам или заданиям.

### **5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Практическая задача) для оценки сформированности компетенции ПК-11:**

Задание 1. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- В чем заключается оздоровительный эффект занятий легкой атлетикой.
- Составьте программу тренировочных занятий по легкой атлетике для лиц молодого возраста.
- Опишите средства контроля за уровнем физической подготовленности лиц молодого возраста во время оздоровительных занятий по легкой атлетике.
- Перечислите элементы самоконтроля при проведении оздоровительных занятий по легкой атлетике для данной категории занимающихся.

Задание 2. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- В чем заключается разностороннее влияние занятий легкой атлетикой на организм человека.
- Составьте программу тренировочных занятий по легкой атлетике для лиц среднего возраста.
- Опишите средства контроля за уровнем физической подготовленности лиц среднего возраста во время оздоровительных занятий по легкой атлетике.
- Перечислите элементы самоконтроля при проведении оздоровительных занятий по легкой атлетике для данной категории занимающихся.

Задание 3. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Как реализуется принцип доступности во время занятий легкой атлетикой лицам различных возрастных групп.



- Составьте программу тренировочных занятий по легкой атлетике для лиц пожилого возраста.
- Опишите средства контроля за уровнем физической подготовленности лиц пожилого возраста во время оздоровительных занятий по легкой атлетике.
- Перечислите элементы самоконтроля при проведении оздоровительных занятий по легкой атлетике для данной категории занимающихся.

Задание 4. Различные виды легкой атлетике могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Какие физические качества совершенствуются в процессе оздоровительных занятий легкой атлетикой.
- Составьте программу тренировочных занятий по легкой атлетике для занимающихся с низким уровнем физической подготовленности.
- Опишите средства контроля за уровнем физической подготовленности лиц для занимающихся с низким уровнем физической подготовленности во время оздоровительных занятий по легкой атлетике.
- Перечислите элементы самоконтроля при проведении оздоровительных занятий по легкой атлетике для данной категории занимающихся.

Задание 5. Различные виды легкой атлетике могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы преимущества использования ходьбы в оздоровительной тренировке.
- Опишите технику ходьбы во время оздоровительных занятий.
- Приведите примеры дозировки физической нагрузки во время занятий ходьбой.

-

Задание 6. Различные виды легкой атлетике могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- В чем заключается оздоровительный эффект от занятий ходьбой.
- Опишите технику финской ходьбы во время оздоровительных занятий.
- Приведите примеры дозировки физической нагрузки во время занятий финской ходьбой.

-

Задание 7. Различные виды легкой атлетике могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы преимущества использования бега в оздоровительной тренировке.

- Опишите технику бега во время оздоровительных занятий.
- Приведите примеры дозировки физической нагрузки во время занятий оздоровительным бегом.

Задание 8. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы возможности использования прыжковых упражнений в оздоровительной тренировке.
- Опишите технику прыжковых упражнений во время оздоровительных занятий.
- Приведите примеры прыжковых упражнений и дозировки физической нагрузки во время оздоровительных тренировок.

Задание 9. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы возможности использования метаний в оздоровительной тренировке.
- Опишите технику метаний во время оздоровительных занятий.
- Приведите примеры метаний и дозировки физической нагрузки во время оздоровительных тренировок.

Задание 10. Ходьба и бег используются как средство оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы принципы построения тренировочных занятий с использованием оздоровительной ходьбы для занимающихся различных возрастных групп или уровня физической подготовленности.
- Опишите необходимую экипировку для оздоровительных занятий ходьбой.
- Составьте программу тренировочных занятий оздоровительной ходьбой для лиц среднего и пожилого возраста.

-

Задание 11. Ходьба и бег используются как средство оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы принципы построения тренировочных занятий с использованием финской ходьбы для занимающихся различных возрастных групп или уровня физической подготовленности.
- Опишите необходимую экипировку для оздоровительных занятий финской ходьбой.
- Составьте программу тренировочных занятий финской ходьбой для лиц пожилого возраста.

Задание 12. Ходьба и бег используются как средство оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы принципы построения тренировочных занятий с использованием оздоровительного бега для занимающихся различных возрастных групп или уровня физической подготовленности.
- Опишите необходимую экипировку для оздоровительных занятий бегом.
- Составьте программу тренировочных занятий оздоровительным бегом для лиц среднего и пожилого возраста.

Задание 13. Легкая атлетика включает в себя базовые виды двигательных действий, необходимых человеку и включена в программы по физической культуре для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.

- Подберите легкоатлетические упражнения для занятий на уроках физической культуры с детьми с нарушением зрения.
- Опишите методические особенности проведения занятий по легкой атлетике с детьми с нарушением зрения.
- Составьте тематическое планирование урока по легкой атлетике для обучающихся с нарушением зрения.
- Подберите контрольные упражнения для оценки уровня овладения легкоатлетическими упражнениями для обучающихся с нарушением зрения.

Задание 14. Легкая атлетика включает в себя базовые виды двигательных действий, необходимых человеку и включена в программы по физической культуре для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.

- Подберите легкоатлетические упражнения для занятий на уроках физической культуры с детьми с последствиями ДЦП.
- Опишите методические особенности проведения занятий по легкой атлетике с детьми с последствиями ДЦП.
- Составьте тематическое планирование урока по легкой атлетике для обучающихся с последствиями ДЦП.
- Подберите контрольные упражнения для оценки уровня овладения легкоатлетическими упражнениями для обучающихся с последствиями ДЦП.

Задание 15. Легкая атлетика включает в себя базовые виды двигательных действий, необходимых человеку и включена в программы по физической культуре для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.

- Подберите легкоатлетические упражнения для занятий на уроках физической культуры с детьми с нарушением интеллекта.
- Опишите методические особенности проведения занятий по легкой атлетике с детьми с нарушением интеллекта.
- Составьте тематическое планирование урока по легкой атлетике для обучающихся с нарушением интеллекта.
- Подберите контрольные упражнения для оценки уровня овладения легкоатлетическими упражнениями для обучающихся с нарушением интеллекта.

Задание 16. Легкая атлетика включает в себя базовые виды двигательных действий, необходимых человеку и включена в программы по физической культуре для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.

- Подберите легкоатлетические упражнения для занятий на уроках физической культуры с детьми с поражением ОДА.
- Опишите методические особенности проведения занятий по легкой атлетике с детьми с поражением ОДА.
- Составьте тематическое планирование урока по легкой атлетике для обучающихся с поражением ОДА.
- Подберите контрольные упражнения для оценки уровня овладения легкоатлетическими упражнениями для обучающихся с поражением ОДА.

Задание 17. Легкая атлетика включает в себя базовые виды двигательных действий, необходимых человеку и включена в программы по физической культуре для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.

- Подберите легкоатлетические упражнения для занятий на уроках физической культуры с детьми с нарушением слуха.
- Опишите методические особенности проведения занятий по легкой атлетике с детьми с нарушением слуха.
- Составьте тематическое планирование урока по легкой атлетике для обучающихся с нарушением слуха.
- Подберите контрольные упражнения для оценки уровня овладения легкоатлетическими упражнениями для обучающихся с нарушением слуха.

Задание 18. Виды легкой атлетики включаются в программы спортивно-массовых мероприятий для инвалидов различных нозологий. Большое значение при составлении программ мероприятий имеет правильный подбор конкурсов и соблюдение мер безопасности во время их проведения.

- Подберите состязания или конкурсы из видов легкой атлетики для проведения спортивно-массового мероприятия для инвалидов с нарушением зрения.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении данного спортивно-массового мероприятия.
- Составьте программу спортивно-массового мероприятия для инвалидов с нарушением зрения из подобранных состязаний или конкурсов.

Задание 19. Виды легкой атлетики включаются в программы спортивно-массовых мероприятий для инвалидов различных нозологий. Большое значение при составлении программ мероприятий имеет правильный подбор конкурсов и соблюдение мер безопасности во время их проведения.

- Подберите состязания или конкурсы из видов легкой атлетики для проведения спортивно-массового мероприятия для инвалидов с нарушением интеллекта.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении данного спортивно-массового мероприятия.
- Составьте программу спортивно-массового мероприятия для инвалидов с нарушением интеллекта из подобранных состязаний или конкурсов.

Задание 20. Виды легкой атлетики включаются в программы спортивно-массовых мероприятий для инвалидов различных нозологий. Большое значение при составлении программ мероприятий имеет правильный подбор конкурсов и соблюдение мер безопасности во время их проведения.

- Подберите состязания или конкурсы из видов легкой атлетики для проведения спортивно-массового мероприятия для инвалидов с поражением ОДА.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении данного спортивно-массового мероприятия.
- Составьте программу спортивно-массового мероприятия для инвалидов с поражением ОДА из подобранных состязаний или конкурсов.

Задание 21. Виды легкой атлетики включаются в программы спортивно-массовых мероприятий для инвалидов различных нозологий. Большое значение при составлении программ мероприятий имеет правильный подбор конкурсов и соблюдение мер безопасности во время их проведения.

- Подберите состязания или конкурсы из видов легкой атлетики для проведения спортивно-массового мероприятия для инвалидов-колясочников.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении данного спортивно-массового мероприятия.
- Составьте программу спортивно-массового мероприятия для инвалидов-колясочников из подобранных состязаний или конкурсов.

Задание 22. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите беговые виды легкой атлетики представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов с нарушением зрения.
- Какова классификация инвалидов с нарушением зрения в беговых видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением зрения.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением зрения.

Задание 23. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите прыжковые виды легкой атлетики представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов с нарушением зрения.
- Какова классификация инвалидов с нарушением зрения в технических видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в прыжковых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением зрения.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в прыжковых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением зрения.

Задание 24. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите виды легкоатлетических метаний представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов с нарушением зрения.

- Какова классификация инвалидов с нарушением зрения в технических видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в легкоатлетических метаниях для инвалидов с нарушением зрения.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в легкоатлетических метаниях для инвалидов с нарушением зрения.

Задание 25. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите беговые виды легкой атлетики представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов с последствиями ДЦП.
- Какова классификация инвалидов с последствиями ДЦП в беговых видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с последствиями ДЦП.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с последствиями ДЦП.

Задание 26. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите технические виды легкой атлетики (прыжки и метания) представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов с последствиями ДЦП.
- Какова классификация инвалидов с последствиями ДЦП в технических видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в технических видах легкой атлетики для инвалидов с последствиями ДЦП.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в технических видах легкой атлетики для инвалидов с последствиями ДЦП.

Задание 27. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите беговые виды легкой атлетики представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов-колясочников.
- Какова классификация инвалидов-колясочников в беговых видах легкой атлетики.

- Опишите правила соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов-колясочников.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов-колясочников.

Задание 28. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите технические виды легкой атлетики (прыжки и метания) представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов с ампутациями.
- Какова классификация инвалидов с ампутациями в технических видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в технических видах легкой атлетики для инвалидов с ампутациями.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в технических видах легкой атлетики для инвалидов с ампутациями.

Задание 29. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите беговые виды легкой атлетики представленные в программе Специальных Олимпийских игр.
- Опишите правила соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением интеллекта по программе Специальной Олимпиады.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением интеллекта по программе Специальной Олимпиады.

Задание 30. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите технические виды легкой атлетики (прыжки и метания) представленные в программе Специальных Олимпийских игр.
- Опишите правила соревнований в технических видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением интеллекта по программе Специальной Олимпиады.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в технических видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением интеллекта по программе Специальной Олимпиады.



Задание 31. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с нарушением зрения в беговых видах легкой атлетики.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с нарушением зрения в беговых видах легкой атлетики.

Задание 32. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с нарушением зрения в прыжковых видах легкой атлетики.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с нарушением зрения в прыжковых видах легкой атлетики.

Задание 33. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с нарушением зрения в легкоатлетических метаниях.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с нарушением зрения в легкоатлетических метаниях.

Задание 34. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с последствиями ДЦП в беговых видах легкой атлетики.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.

- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с последствиями ДЦП в беговых видах легкой атлетики.

Задание 35. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с последствиями ДЦП в прыжковых видах легкой атлетики.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с последствиями ДЦП в прыжковых видах легкой атлетики.

Задание 36. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с последствиями ДЦП в легкоатлетических метаниях.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с последствиями ДЦП в легкоатлетических метаниях.

Задание 37. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов-колясочников в беговых видах легкой атлетики.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами-колясочниками в беговых видах легкой атлетики.

Задание 38. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов-колясочников в легкоатлетических метаниях.

- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами-колясочниками в легкоатлетических метаниях.

Задание 39. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с нарушением интеллекта в беговых видах легкой атлетики.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с нарушением интеллекта

### Критерии оценивания (оценочное средство - Практическая задача)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Ответы содержательно соответствуют поставленным вопросам, логичны, аргументированы и структурированы, оформлены в соответствии с рекомендуемым шаблоном; ситуация, описанная в задании и задаче корректно проанализирована. Продемонстрирована способность применять теоретические знания для выполнения задания или решения задачи, а также владение необходимыми навыками и умениями. Студент свободно оперирует терминологией, корректно отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя и студентов, хорошо аргументируя свой ответ.
не зачтено	Ответы содержательно не соответствуют поставленным вопросам или заданиям. Приведенная в них информация представлена с грубыми ошибками. Оформление не соответствует требуемому шаблону. Допущены существенные ошибки в анализе описанной в задании или задаче ситуации. Студент не владеет необходимыми навыками и умениями, не отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя и студентов, или допускает существенные неточности или ошибки.

### 5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПК-11:

1. Оздоровительный эффект занятий легкой атлетикой.
2. Доступность легкоатлетических видов спорта для занимающихся различного возраста.
3. Разностороннее влияние занятий легкой атлетикой на организм человека.
4. Прикладное значение занятий легкой атлетикой.

5. Ходьба как средство оздоровительной тренировки.
6. Бег как средство оздоровительной тренировки.
7. Сочетание ходьбы и бега в оздоровительных занятиях лиц зрелого и пожилого возраста.
8. Использование прыжковых упражнений в оздоровительной тренировке.
9. Использование легкоатлетических метаний в оздоровительной тренировке.
10. Эстафетный бег как средство оздоровительной тренировки.
11. Легкоатлетические многоборья в физкультурных занятиях лиц различных возрастных групп.
12. Содержание занятий с использованием различных видов оздоровительной ходьбы.
13. Содержание занятий с использованием оздоровительного бега.
14. Содержание оздоровительных занятий с использованием прыжковых упражнений для лиц различных возрастных групп.
15. Содержание оздоровительных занятий с использованием легкоатлетических метаний для лиц различных возрастных групп.
16. Содержание оздоровительных занятий с использованием различных видов эстафет.
17. Средства контроля за физической подготовленностью и состоянием здоровья в процессе занятий оздоровительным бегом и ходьбой.
18. Легкая атлетика как раздел адаптивного физического воспитания в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях (вид учреждения по выбору).
19. Содержание занятий по легкой атлетике в процессе физического воспитания детей с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.
20. Особенности построения учебных занятий по легкой атлетике с учетом нозологий детей с ОВЗ.
21. Внеучебная работа по легкой атлетике системе специального (коррекционного) образования.
22. Беговые виды легкой атлетики в соревнованиях спортсменов с нарушением зрения.
23. Беговые виды легкой атлетики в соревнованиях спортсменов с нарушением интеллекта.
24. Беговые виды легкой атлетики в соревнованиях спортсменов с нарушением функций ОДА.
25. Беговые виды легкой атлетики в соревнованиях спортсменов с последствиями ДЦП.
26. Беговые виды легкой атлетики в соревнованиях спортсменов-колясочников.
27. Технические виды (прыжки, метания) легкой атлетики в соревнованиях спортсменов с нарушением зрения.
28. Технические виды (прыжки, метания) легкой атлетики в соревнованиях спортсменов с нарушением интеллекта.

29. Технические виды (прыжки, метания) легкой атлетики в соревнованиях спортсменов с нарушением функций ОДА.
30. Технические виды (прыжки, метания) легкой атлетики в соревнованиях спортсменов с последствиями ДЦП.
31. Технические виды (метания) легкой атлетики в соревнованиях спортсменов-колясочников.
32. Легкоатлетические многоборья в Паралимпийской легкой атлетике.
33. Эстафетный бег в Паралимпийской легкой атлетике.

### Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Реферативная работа логически структурирована и выстроена, использованы современные источники. Материал работы раскрывает основные вопросы и оформлен в соответствии с требованиями по оформлению. Раскрыта практическая или теоретическая значимость, приведены примеры. Устный доклад студента структурирован и логичен. Студент свободно оперирует терминологией, ориентируется в своей работе, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов, хорошо аргументируя свой ответ.
не зачтено	Реферативная работа не раскрывает основные вопросы, имеются нарушения общих требований к реферату и правил его оформления; есть логические нарушения в представлении материала; некорректно оформлены или не в полном объеме представлены ссылки на литературу в тексте реферата; есть частые орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в авторском тексте; присутствуют случаи плагиата. Студент не может дать пояснений относительно изложенных фактов, не отвечает корректно на дополнительные вопросы.

## 5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

### Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатор достижения компетенций)	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.

	ответа			ошибок	нных ошибок		
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

### Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	<b>превосходно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой
	<b>отлично</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично».
	<b>очень хорошо</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо»
	<b>хорошо</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо».
	<b>удовлетворительно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	<b>неудовлетворительно</b>	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».
	<b>плохо</b>	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

### **5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:**

#### **5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПК-11**

1. Оздоровительный эффект и разносторонне влияние занятий легкой атлетикой на организм человека.
2. Прикладное значение занятий легкой атлетикой.
3. Возможность использования ходьбы как средства оздоровительной тренировки.
4. Техника и виды оздоровительной ходьбы.
5. Дозировка нагрузки во время занятий ходьбой и бегом.
6. Возможность использования бега как средства оздоровительной тренировки.
7. Техника и разновидности оздоровительного бега.
8. Сочетание занятий бегом и ходьбой в оздоровительной тренировке.
9. Возможность использования прыжковых упражнений и метаний как средства оздоровительной тренировки.
10. Ограничения в использовании прыжковых упражнений и метаний на занятиях с лицами с ОВЗ.
11. Программы физкультурно-оздоровительных занятий по легкой атлетике для лиц разного возраста.
12. Учет физического состояния и подготовленности занимающихся при составлении программ занятий с элементами легкой атлетике.
13. Дозировка физической нагрузки во время оздоровительных занятий по легкой атлетике
14. Самоконтроль во время оздоровительных занятий легкой атлетикой.
15. Место легкой атлетики в системе адаптивного физического воспитания.
16. Виды легкой атлетики в процессе физического воспитания детей с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.
17. Содержание учебных занятий по легкой атлетике для детей с нарушением зрения и слуха.
18. Содержание учебных занятий по легкой атлетике для детей с последствиями ДЦП и поражением ОДА.
19. Дисциплины соревнований по легкой атлетике в программе Паралимпийских игр.
20. Основные правила соревнований по легкой атлетике в программе Паралимпийских игр.
21. Классификация спортсменов с нарушением зрения и последствиями ДЦП в легкой атлетике.
22. Классификация спортсменов с травмами спинного мозга в легкой атлетике.
23. Классификация спортсменов с ампутациями и класса прочие поражения ОДА в легкой атлетике .
24. Особенности соревновательной деятельности в легкой атлетике спортсменов с нарушением зрения.
25. Особенности соревновательной деятельности спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата.
26. Особенности соревновательной деятельности спортсменов с травмами спинного мозга.
27. Дисциплины и правила соревнований по легкой атлетике в программе Сурдлимпийских игр.
28. Особенности соревновательной деятельности спортсменов с нарушением слуха в легкой атлетике.
29. Дисциплины соревнований по легкой атлетике в программе Специальной Олимпиады.
30. Основные правила соревнований по легкой атлетике в программе Специальной Олимпиады.
31. Особенности соревновательной деятельности спортсменов с нарушением интеллекта в беговых видах легкой атлетики.
32. Особенности соревновательной деятельности спортсменов с нарушением интеллекта в технических видах легкой атлетики.
33. Организация и судейство соревнований по легкой атлетике в программе Паралимпийских игр.

34. Организация и судейство соревнований по легкой атлетике в программе Специальных Олимпийских игр.
35. Судейская документация для проведения соревнований по легкой атлетике в видах адаптивного спорта.
36. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ.
37. Особенности организации и проведения интегрированных спортивно-массовых мероприятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ.
38. Техника безопасности до и после проведения занятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ.
39. Меры безопасности на спортивных сооружениях, природных зонах во время занятий по легкой атлетике для лиц с ОВЗ.
40. Первая помощь при травмах и повреждениях во время занятий легкой атлетикой.

### **Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)**

Оценка	Критерии оценивания
превосходно	Глубоко освоил как основную, так и рекомендованную дополнительную литературу. Самостоятельно анализирует и обобщает материал; выявляет и акцентирует ключевые положения и корректно использует терминологию. Последовательно и логично излагает материал. Полно и корректно отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы. Имеются только очень незначительные погрешности в уровне подготовленности.
отлично	Освоил как основную, так и рекомендованную дополнительную литературу. Анализирует и обобщает материал. Выявляет и акцентирует ключевые положения и корректно использует терминологию. Последовательно и логично излагает материал. Полно и корректно отвечает на дополнительные вопросы. Выявлены только несущественные ошибки при ответе и собеседовании.
очень хорошо	Освоил как основную, так и рекомендованную дополнительную литературу на достаточном уровне. Анализирует и обобщает материал, выявляет и акцентирует ключевые положения и корректно использует терминологию. Последовательно и логично излагает материал. Полно и корректно отвечает на дополнительные вопросы. Выявлен ряд заметных ошибок при ответе и собеседовании.
хорошо	Освоил основную литературу. Анализирует и обобщает материал; выявляет и акцентирует ключевые положения и корректно использует терминологию. Последовательно и логично излагает материал. Корректно отвечает на дополнительные вопросы и конкретизирующие вопросы. Выявлен ряд значительных ошибок при ответе и собеседовании.
удовлетворительно	Освоен только основной материал; не знает значимых деталей; допускает неточности, недостаточно корректно использует термины; нарушает последовательность и логичность в изложении материала; испытывает затруднения в выполнении анализа информации, ответе на дополнительные и уточняющие вопросы
неудовлетворительно	Имеет существенные пробелы в освоении основного материала, отсутствие



Оценка	Критерии оценивания
	навыка анализа и обобщения материала, выявления ключевых положений и корректного использования терминологии; имеются проблемы с логикой и последовательностью изложения материала. В ответе на дополнительные и уточняющие вопросы допускает существенные ошибки и неточности.
плохо	Не знает базовый материал, концепции и терминологию. Не отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы

### 5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Практическая задача) для оценки сформированности компетенции ПК-11

Задание 1. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- В чем заключается оздоровительный эффект занятий легкой атлетикой.
- Составьте программу тренировочных занятий по легкой атлетике для лиц молодого возраста.
- Опишите средства контроля за уровнем физической подготовленности лиц молодого возраста во время оздоровительных занятий по легкой атлетике.
- Перечислите элементы самоконтроля при проведении оздоровительных занятий по легкой атлетике для данной категории занимающихся.

Задание 2. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Как реализуется принцип доступности во время занятий легкой атлетикой лицам различных возрастных групп.
- Составьте программу тренировочных занятий по легкой атлетике для лиц пожилого возраста.
- Опишите средства контроля за уровнем физической подготовленности лиц пожилого возраста во время оздоровительных занятий по легкой атлетике.
- Перечислите элементы самоконтроля при проведении оздоровительных занятий по легкой атлетике для данной категории занимающихся.

Задание 3. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы преимущества использования ходьбы в оздоровительной тренировке.

- Опишите технику ходьбы во время оздоровительных занятий.
- Приведите примеры дозировки физической нагрузки во время занятий ходьбой.

-

Задание 4. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы преимущества использования бега в оздоровительной тренировке.
- Опишите технику бега во время оздоровительных занятий.
- Приведите примеры дозировки физической нагрузки во время занятий оздоровительным бегом.

Задание 5. Различные виды легкой атлетики могут быть использованы в программах оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы возможности использования прыжковых упражнений в оздоровительной тренировке.
- Опишите технику прыжковых упражнений во время оздоровительных занятий.
- Приведите примеры прыжковых упражнений и дозировки физической нагрузки во время оздоровительных тренировок.

Задание 6. Ходьба и бег используются как средство оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы принципы построения тренировочных занятий с использованием финской ходьбы для занимающихся различных возрастных групп или уровня физической подготовленности.
- Опишите необходимую экипировку для оздоровительных занятий финской ходьбой.
- Составьте программу тренировочных занятий финской ходьбой для лиц пожилого возраста.

Задание 7. Ходьба и бег используются как средство оздоровительной тренировки для лиц различного возраста и уровня физической подготовленности.

- Каковы принципы построения тренировочных занятий с использованием оздоровительного бега для занимающихся различных возрастных групп или уровня физической подготовленности.
- Опишите необходимую экипировку для оздоровительных занятий бегом.
- Составьте программу тренировочных занятий оздоровительным бегом для лиц среднего и пожилого возраста.

Задание 8. Легкая атлетика включает в себя базовые виды двигательных действий, необходимых человеку и включена в программы по физической культуре для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.

- Подберите легкоатлетические упражнения для занятий на уроках физической культуры с детьми с нарушением зрения.
- Опишите методические особенности проведения занятий по легкой атлетике с детьми с нарушением зрения.
- Составьте тематическое планирование урока по легкой атлетике для обучающихся с нарушением зрения.
- Подберите контрольные упражнения для оценки уровня овладения легкоатлетическими упражнениями для обучающихся с нарушением зрения.

Задание 9. Легкая атлетика включает в себя базовые виды двигательных действий, необходимых человеку и включена в программы по физической культуре для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.

- Подберите легкоатлетические упражнения для занятий на уроках физической культуры с детьми с последствиями ДЦП.
- Опишите методические особенности проведения занятий по легкой атлетике с детьми с последствиями ДЦП.
- Составьте тематическое планирование урока по легкой атлетике для обучающихся с последствиями ДЦП.
- Подберите контрольные упражнения для оценки уровня овладения легкоатлетическими упражнениями для обучающихся с последствиями ДЦП.

Задание 10. Легкая атлетика включает в себя базовые виды двигательных действий, необходимых человеку и включена в программы по физической культуре для учащихся с ОВЗ, обучающихся по адаптированным основным образовательным программам.

- Подберите легкоатлетические упражнения для занятий на уроках физической культуры с детьми с нарушением интеллекта.
- Опишите методические особенности проведения занятий по легкой атлетике с детьми с нарушением интеллекта.
- Составьте тематическое планирование урока по легкой атлетике для обучающихся с нарушением интеллекта.

- Подберите контрольные упражнения для оценки уровня овладения легкоатлетическими упражнениями для обучающихся с нарушением интеллекта.

Задание 11. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с нарушением зрения в легкоатлетических метаниях.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с нарушением зрения в легкоатлетических метаниях.

Задание 12. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с последствиями ДЦП в беговых видах легкой атлетики.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с последствиями ДЦП в беговых видах легкой атлетики.

Задание 13. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов-колясочников в беговых видах легкой атлетики.
- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами-колясочниками в беговых видах легкой атлетики.

Задание 14. Тренировка спортсменов-инвалидов в различных видах легкой атлетики имеет много общего с подготовкой здоровых спортсменов. Но при построении тренировочного процесса необходимо учитывать особенности физической подготовки и состояния здоровья инвалидов.

- Подберите средства для тренировки спортсменов с нарушением интеллекта в беговых видах легкой атлетики.

- Составьте план тренировочного занятия из подобранных вами средств тренировки.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать во время проведения тренировочных занятий с инвалидами с нарушением интеллекта в беговых видах легкой атлетики.

Задание 15. Виды легкой атлетики включаются в программы спортивно-массовых мероприятий для инвалидов различных нозологий. Большое значение при составлении программ мероприятий имеет правильный подбор конкурсов и соблюдение мер безопасности во время их проведения.

- Подберите состязания или конкурсы из видов легкой атлетики для проведения спортивно-массового мероприятия для инвалидов с нарушением зрения.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении данного спортивно-массового мероприятия.
- Составьте программу спортивно-массового мероприятия для инвалидов с нарушением зрения из подобранных состязаний или конкурсов.

Задание 16. Виды легкой атлетики включаются в программы спортивно-массовых мероприятий для инвалидов различных нозологий. Большое значение при составлении программ мероприятий имеет правильный подбор конкурсов и соблюдение мер безопасности во время их проведения.

- Подберите состязания или конкурсы из видов легкой атлетики для проведения спортивно-массового мероприятия для инвалидов с поражением ОДА.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении данного спортивно-массового мероприятия.
- Составьте программу спортивно-массового мероприятия для инвалидов с поражением ОДА из подобранных состязаний или конкурсов.

Задание 17. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите беговые виды легкой атлетики представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов с нарушением зрения.
- Какова классификация инвалидов с нарушением зрения в беговых видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением зрения.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением зрения.

Задание 18. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите технические виды легкой атлетики (прыжки и метания) представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов с последствиями ДЦП.
- Какова классификация инвалидов с последствиями ДЦП в технических видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в технических видах легкой атлетики для инвалидов с последствиями ДЦП.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в технических видах легкой атлетики для инвалидов с последствиями ДЦП.

Задание 19. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите беговые виды легкой атлетики представленные в программе Паралимпийских игр для инвалидов-колясочников.
- Какова классификация инвалидов-колясочников в беговых видах легкой атлетики.
- Опишите правила соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов-колясочников.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов-колясочников.

Задание 20. Легкая атлетика широко представлена в программе соревнования для инвалидов различных нозологий. Но в каждом направлении адаптивного спорта существуют свои особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике.

- Перечислите беговые виды легкой атлетики представленные в программе Специальных Олимпийских игр.
- Опишите правила соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением интеллекта по программе Специальной Олимпиады.
- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении соревнований в беговых видах легкой атлетики для инвалидов с нарушением интеллекта по программе Специальной Олимпиады.

**Критерии оценивания (оценочное средство - Практическая задача)**

Оценка	Критерии оценивания
превосходно	Задача выполнена в полном объеме. Самостоятельно анализирует и обобщает материал; выявляет и акцентирует ключевые положения и корректно использует терминологию. Последовательно и логично излагает материал. Полно и корректно отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы. Имеются только очень незначительные погрешности в выполнении задачи.
отлично	Задача выполнена в полном объеме. Анализирует и обобщает материал. Выявляет и акцентирует ключевые положения и корректно использует терминологию. Последовательно и логично излагает материал. Полно и корректно отвечает на дополнительные вопросы. Выявлены только несущественные ошибки при выполнении задачи.
очень хорошо	Задача выполнена в полном объеме. Анализирует и обобщает материал, выявляет и акцентирует ключевые положения и корректно использует терминологию. Последовательно и логично излагает материал. Полно и корректно отвечает на дополнительные вопросы. Выявлен ряд заметных ошибок при выполнении задачи.
хорошо	Задача выполнена в полном объеме. Анализирует и обобщает материал; выявляет и акцентирует ключевые положения и корректно использует терминологию. Последовательно и логично излагает материал. Корректно отвечает на дополнительные вопросы и конкретизирующие вопросы. Выявлен ряд значительных ошибок при выполнении задачи.
удовлетворительно	Задача выполнена в достаточном объеме. Освоен только основной материал; не знает значимых деталей; допускает неточности, недостаточно корректно использует термины; нарушает последовательность и логичность в изложении материала; испытывает затруднения в выполнении анализа информации, ответе на дополнительные и уточняющие вопросы
неудовлетворительно	Задача практически не выполнена. Отсутствие навыка анализа и обобщения материала, выявления ключевых положений и корректного использования терминологии; имеются проблемы с логикой и последовательностью изложения материала. В ответе на дополнительные и уточняющие вопросы допускает существенные ошибки и неточности.
плохо	Задача не выполнена. Не знает базовый материал, концепции и терминологию. Не отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

- Оринчук Вячеслав Анатольевич. Легкая атлетика в адаптивной физической культуре : учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.02 "Физическая культура

для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" и 49.03.01 "Физическая культура" / В. А. Оринчук, М. В. Курникова ; ННГУ, Ин-т реабилитации и здоровья человека. - Нижний Новгород : Изд-во ННГУ, 2020. - 152 с. - ISBN 978-5-91326-592-0 : 148.10., 2 экз.

2. Алхасов Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. - Москва : Юрайт, 2023. - 300 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12402-6. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=841972&idb=0>.

#### Дополнительная литература:

1. Легкая атлетика : Правила соревнований ВФЛА / Всерос. федерация легкой атлетики. - М. : Советский спорт, 2003. - 200 с. : ил. - ISBN 5-85009-807-0 : 112.50., 3 экз.
2. Легкая атлетика : учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. Н. Г. Озолина, В. И. Воронкина, Ю. Н. Примакова. - Изд. 4-е, доп. и перераб. - М. : Физкультура и спорт, 1989. - 671 с. : ил. - ISBN 5-278-00023-6 : 80.00., 1 экз.
3. Германов Г. Н. Легкая атлетика в основной и средней (полной) школе : учебное пособие / Г. Н. Германов. - Москва : Юрайт, 2023. - 258 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-05787-4. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=848644&idb=0>.
4. Германов Г. Н. Физическая культура в школе. Легкая атлетика : учебное пособие / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. - Москва : Юрайт, 2023. - 461 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-04548-2. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=849341&idb=0>.
5. Никитушкин В. Г. Легкая атлетика в начальной школе : учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. - Москва : Юрайт, 2023. - 205 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-05786-7. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=839989&idb=0>.
6. Масленников А. В. Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика : учебное пособие / Масленников А. В., Вакалова Л. Г. - Санкт-Петербург : НГУ ИМ. П.Ф. ЛЕСГАФТА, Санкт-Петербург, 2023. - 92 с. - Книга из коллекции НГУ ИМ. П.Ф. ЛЕСГАФТА, Санкт-Петербург - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=887516&idb=0>.
7. Алхасов Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. - Москва : Юрайт, 2022. - 300 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/496280> (дата обращения: 14.08.2022). - ISBN 978-5-534-12402-6 : 1199.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=821197&idb=0>.
8. Зайцев Анатолий Александрович. Легкая атлетика : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев, С. Я. Луценко ; под редакцией А. А. Зайцева. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2024. - 70 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/556068> (дата обращения: 15.08.2024). - ISBN 978-5-534-19157-8 : 309.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=906710&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):



1. minsport.gov.ru - официальный сайт Министерства спорта РФ.
2. rusathletics.info - официальный сайт Всероссийской федерации легкой атлетики.
3. worldathletics.org - официальный сайт Международной ассоциации легкоатлетических федераций (Всемирной легкой атлетики с 2019 года)
4. worldparaathletics.org - официальный сайт Всемирной паралимпийской легкой атлетики
5. olympic.ru - официальный сайт Олимпийского комитета России.
6. paralymp.ru - официальный сайт Паралимпийского комитета России.
7. paralympic.org - официальный сайт Международного Паралимпийского комитета.
8. fpoda.paralymph.ru - официальный сайт Общероссийской общественной организации «Всероссийская Федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата».
9. fss.org.ru - официальный сайт Общероссийской общественной физкультурно-спортивной организации «Федерация спорта слепых».
10. ibsasport.org - официальный сайт Международной федерации спорта слепых.
11. rsf-id.ru - официальный сайт Общероссийской общественной организации «Всероссийская Федерация спорта лиц с интеллектуальными нарушениями».
12. deaflymp.ru - официальный сайт Сурдлимпийского комитета России.
13. deaflympics.com - официальный сайт Международного Сурдлимпийского (Дефлимпийского) комитета.
14. specialolympics.ru - официальный сайт Специальной Олимпиады России.
15. specialolympics.org - официальный сайт Всемирного движения Специальной Олимпиады.
16. ruswalk.ru - официальный сайт Российская федерация северной ходьбы.
17. afkonline.ru - официальный сайт журнала «Адаптивная физическая культура»

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Автор(ы): Оринчук Вячеслав Анатольевич, кандидат педагогических наук, доцент.

Заведующий кафедрой: Курникова Мария Владимировна, доктор социологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 28 ноября 2024, протокол № №9.