

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Арзамасский филиал ННГУ - Факультет естественных и математических наук

УТВЕРЖДЕНО

решением Ученого совета ННГУ

протокол № 6 от 31.05.2023 г.

Рабочая программа дисциплины

Легкая атлетика

Уровень высшего образования

Бакалавриат

Направление подготовки / специальность

49.03.01 - Физическая культура

Направленность образовательной программы

Менеджмент в сфере физической культуры

Форма обучения

очная

г. Арзамас

2023 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.22.02 Легкая атлетика относится к обязательной части 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
ОПК-1: Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1: Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста; - критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспектах; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспектах; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма	ОПК-1.1: Знать: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных	Доклад-презентация Задания Практическое задание Тест	Зачёт: Контрольные вопросы

	<p>человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические основы развития физических качеств; психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского стептеста, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методику Айзенка, теппинг-тест, методики Спилбергера-Ханина, методики Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методики исследования мотивации, социометрия); - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической</p>	<p>возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; методические и технологические подходы,</p>		
--	---	---	--	--

	<p>культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процессов на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию спортивной дисциплины; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по виду спорта; - содержания и правила оформления плана тренировочного занятия с использованием средств спортивной дисциплины; - правила и организация соревнований по виду спорта; - способы оценки результатов обучения двигательным действиям в</p>	<p>структуру построения занятий, формы и способы планирования; основные и дополнительные формы занятий; документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; терминологию и классификацию в легкой атлетике (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике; содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств легкой атлетики; правила и организация соревнований легкой атлетике; способы оценки результатов обучения легкой атлетике; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; способы оценки результатов учебно-</p>		
--	---	--	--	--

	<p>виде спорта; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин(упражнений) в спорте; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в виде спорта; - методики обучения технике двигательных действий в виде спорта; - способы оценки результатов тренировочного процесса в виде спорта; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в виде спорта.</p> <p>ОПК-1.2: Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - организовать тестирование по индексу Гарвардского степ-теста, пробы Мартине, жизненной емкости легких, по методике психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, по методике исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методике Айзенка, теппинг-теста; -</p>	<p>тренировочного процесса в ИВС; виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>ОПК-1.2: Уметь: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека; применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; – описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой спортом; учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной</p>		
--	---	--	--	--

	<p>использовать методику Спилбергера-Ханина, методику Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методику исследования мотивации, социометрия); - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <p>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры, опираясь на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по виду спорта; - решать поставленные задачи занятия, подбирать</p>	<p>общеобразовательной программой; определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</p> <p>ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по легкой атлетике; решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по легкой атлетике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; определять средства и величину нагрузки на занятиях по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач;</p> <p>использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся учетом особенностей легкой атлетики; определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по легкой атлетике; определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; раскрывать и интерпретировать методику</p>		
--	--	---	--	--

	<p>методику проведения занятий по видам спорта с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по видам спорта в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей вида спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ спортивной подготовки; - определять задачи тренировочного занятия по виду спорта; - подбирать средства и методы для решения задач тренировочного процесса по виду спорта; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике двигательных действий в виде спорта; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий</p> <p>ОПК-1.3: Имеет опыт: -</p>	<p>обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий</p> <p>ОПК-1.3: Иметь опыт: использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; проведения анатомического анализа физических упражнений; биомеханического анализа статических положений и движений человека; планирования занятий по легкой атлетике; планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств легкой атлетике; планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и</p>		
--	--	--	--	--

	<p>использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - планирования тренировочных занятий по виду спорта; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств спортивных дисциплин; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - организации тестирования физической подготовленности, физического развития, функциональных возможностей, психомоторных качеств по различным методикам</p>	вне учебного времени образовательной организации.		
ОПК-13: Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	<p>ОПК-13.1: Знает: - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по</p>	<p>ОПК-13.1: Знать: - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты</p>	Опрос Реферат Тест	Зачёт: Контрольные вопросы

	<p>видам спорта; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - правила соревнований по виду спорта, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в виде спорта; - состав судейской коллегии по виду спорта и функции отдельных спортивных судей</p> <p>ОПК-13.2: Умеет: - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить спортивные соревнования по виду спорта; - определять справедливость судейства; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов</p> <p>ОПК-13.3: Имеет опыт: -</p>	<p>спортивной подготовки по видам спорта; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - правила соревнований по виду спорта, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в виде спорта; - состав судейской коллегии по виду спорта и функции отдельных спортивных судей</p> <p>ОПК-13.2: Уметь: - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить спортивные соревнования по виду спорта; - определять справедливость судейства; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов</p> <p>ОПК-13.3:</p>		
--	---	--	--	--

	составления положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний	Иметь опыт: - составления положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний		
ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	ОПК-14.1: Знает: - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных	ОПК-14.1: Знать: принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования	Практическое задание Тест	Зачёт: Контрольные вопросы

	<p>предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;</p> <p>- основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по виду спорта; - особенности оценивания результатов тренировочного процесса в виде спорта.</p> <p>ОПК-14.2: Умеет: - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по легкой атлетике, спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; -</p>	<p>к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта;</p> <p>- содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;</p> <p>- основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС;</p> <p>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>ОПК-14.2: Уметь:</p> <p>- изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта;</p> <p>- определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p> <p>- анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе</p>		
--	---	---	--	--

	<p>анализировать проведенные занятия по виду спорта для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</p> <p>ОПК-14.3: Имеет опыт: - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств спортивной дисциплины; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования методического, информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>	<p>полученные результаты для коррекции собственной деятельности;</p> <p>- анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</p> <p>ОПК-14.3: Иметь опыт</p> <p>- проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС;</p> <p>- разработки методического обеспечения тренировочного процесса;</p> <p>- планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>		
ОПК-2: Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	<p>ОПК-2.1: Знает: - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы,</p>	<p>ОПК-2.1: Знать:</p> <p>- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»;</p> <p>- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной</p>	<p>Доклад-презентация</p> <p>Задания</p> <p>Тест</p>	<p>Зачёт:</p> <p>Контрольные вопросы</p>

	<p>психодиагностические и лично-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности; - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в виде спорта;</p>	<p>предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и лично-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;</p> <p>ОПК-2.2: Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, 		
--	---	--	--	--

	<p>- особенности детей, обладающих способностями к виду спорта; - методики массового и индивидуального отбора в виде спорта.</p> <p>ОПК-2.2: Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в виде спорта; - интерпретировать результаты тестирования в виде спорта; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию в виде</p>	<p>достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом</p> <p>- интерпретировать результаты тестирования в ИВС;</p> <p>- использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию</p> <p>ОПК-2.3:</p> <p>Владеть навыками:</p> <p>- проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;</p> <p>- проведения оценки функционального состояния человека;</p> <p>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта;</p> <p>- проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС;</p> <p>- выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования;</p> <p>проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.</p>		
--	--	--	--	--

	<p>спорта; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий спортом.</p> <p>ОПК-2.3: Имеет опыт: - проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; - проведения оценки функционального состояния человека; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - проведения тестирования подготовленности занимающихся в виде спорта; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.</p>			
ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием	ОПК-3.1: Знает: - историю и современное состояние вида спорта, его место и значение в физической культуре, науке и	ОПК-3.1: Знать: - историю и современное состояние вида спорта, его место и значение в физической культуре, науке	Задания Реферат Тест	Зачёт: Контрольные вопросы

<p>средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>образовании; - значение вида спорта в системе физкультурно-спортивной деятельности; - терминологию вида спорта - правила и организацию соревнований по виду спорта; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами вида спорта; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях по виду спорта; - средства вида спорта и возможности его применения в физкультурно-спортивной деятельности; - основы обучения по виду спорта</p> <p>ОПК-3.2: Умеет: применять методы организации учебной деятельности по виду спорта с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по виду спорта в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию вида спорта; - распределять на протяжении занятия средства вида спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - использовать средства вида спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования необходимых навыков и</p>	<p>и образовании; - значение вида спорта в системе физкультурно-спортивной деятельности; - терминологию вида спорта - правила и организацию соревнований по виду спорта; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами вида спорта; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях по виду спорта; - средства вида спорта и возможности его применения в физкультурно-спортивной деятельности; - основы обучения по виду спорта</p> <p>ОПК-3.2: Уметь: применять методы организации учебной деятельности по виду спорта с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по виду спорта в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию вида спорта; - распределять на протяжении занятия средства вида спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - использовать средства вида спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования необходимых навыков и развития физических качеств;</p>		
---	--	---	--	--

	<p>развития физических качеств; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях по спортивной дисциплине; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в спортивной подготовке по виду спорта; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях; - использовать существующие методики проведения соревнований по виду спорта; - проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по виду спорта; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать эффективность проведения тренировочных занятий; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</p>	<p>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях по спортивной дисциплине; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в спортивной подготовке по виду спорта; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях; - использовать существующие методики проведения соревнований по виду спорта; - проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по виду спорта; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать эффективность проведения тренировочных занятий; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики физического развития и физической подготовленности обучающихся на занятиях</p>		
--	--	--	--	--

	<p>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики физического развития и физической подготовленности обучающихся на занятиях</p> <p>ОПК-3.3: Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных физических упражнений в виде спорта; - владения техникой двигательных действий в виде спорта; - проведения фрагмента занятия вида спорта по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств; - проведения занятия по спортивной подготовке в виде спорта; - участия в судействе соревнования по виду спорта; - проведения физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) по виду спорта; - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации средствами вида спорта</p>	<p>ОПК-3.3:</p> <p>Иметь опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных физических упражнений в виде спорта; - владения техникой двигательных действий в виде спорта; - проведения фрагмента занятия вида спорта по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств; - проведения занятия по спортивной подготовке в виде спорта; - участия в судействе соревнования по виду спорта; - проведения физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) по виду спорта; - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации средствами вида спорта</p>		
<p>ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>ОПК-4.1: Знает - историю развития и современное состояние вида спорта, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в виде</p>	<p>ОПК-4.1:</p> <p>Знать:</p> <p>- историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</p> <p>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в</p>	<p>Практическое задание</p> <p>Проектная работа</p> <p>Тест</p>	<p>Зачёт:</p> <p>Контрольные вопросы</p>

	<p>спорта; - цель, задачи и содержание курса вида спорта; - технику двигательных действий в виде спорта; - средства и методы технической и тактической подготовки в виде спорта; - средства и методы физической подготовки в виде спорта; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по виду спорта.</p> <p>ОПК-4.2: Умеет: - применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по виду спорта с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по виду спорта в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию вида спорта; - распределять на протяжении занятия средства видов спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития вида спорта; - показывать основные двигательные действия вида спорта, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и</p>	<p>ИВС;</p> <p>- цель, задачи и содержание курса ИВС;</p> <p>- технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</p> <p>- средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС;</p> <p>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</p> <p>- средства и методы физической подготовки в ИВС;</p> <p>- воспитательные возможности занятий ИВС;</p> <p>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</p> <p>- специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта</p> <p>ОПК-4.2:</p> <p>Уметь:</p> <p>- применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;</p> <p>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач;</p> <p>- использовать в своей деятельности терминологию ИВС;</p> <p>- распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся;</p> <p>- рассказывать в доступной форме об эволюции и</p>		
--	---	--	--	--

	<p>контрольно-измерительными приборами на занятиях по виду спорта;</p> <p>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений вида спорта; - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств видов спорта, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в видах спорта, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической, технико-тактической подготовленности занимающихся на занятиях по видам спорта.</p> <p>ОПК-4.3: Имеет опыт: - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в видах спорта; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по видам спорта; - проведения тренировочных занятий по видам спорта по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.</p>	<p>современном уровне развития ИВС;</p> <p>- показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения;</p> <p>- объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС;</p> <p>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС;</p> <p>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;</p> <p>- контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания;</p> <p>- оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике;</p> <p>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения;</p> <p>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.</p> <p>ОПК-4.3: Иметь опыт:</p> <p>- выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС;</p> <p>- владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</p>		
--	--	---	--	--

		<p>- подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС;</p> <p>- проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.</p>		
ОПК-9: Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-9.1: Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические характеристики тела человека и его движений; - статические положения и движения человека; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического	ОПК-9.1: Знать: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического	Опрос Практическое задание Тест	Зачёт: Контрольные вопросы

	<p>сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медикобиологическим контролем; - методики контроля и оценки технико-тактической и физической подготовленности в виде спорта; - особенности оценивания процесса и результатов тренировочного процесса в виде спорта.</p> <p>ОПК-9.2: Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые</p>	<p>физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медикобиологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>ОПК-9.2:</p>		
--	---	---	--	--

	<p>методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов; функциональных возможностей спортсмена, методики психодиагностики психических процессов, психомоторных качеств. ОПК-9.3: Имеет опыт: - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений</p>	<p>Уметь: интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; оценивать эффективность статических положений и движений человека; с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической,</p>		
--	--	--	--	--

	<p>по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта.</p>	<p>технической подготовленности занимающихся и обучающихся; нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>ОПК-9.3: Иметь опыт -проведения антропометрических измерений; применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных</p>		
--	--	---	--	--

		<p>систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС. <p>. Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных 		
--	--	--	--	--

		<p>предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта;</p> <p>- содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;</p> <p>- основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС;</p> <p>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>		
--	--	--	--	--

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная
Общая трудоемкость, з.е.	3
Часов по учебному плану	108
в том числе	
аудиторные занятия (контактная работа):	
- занятия лекционного типа	16
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	32
- КСР	1
самостоятельная работа	59
Промежуточная аттестация	0 зачёт

3.2. Содержание дисциплины

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

Наименование и краткое содержание 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/ лабора- торные работы), часы	Всего	
	Ф Ф Ф	Ф Ф Ф	Ф Ф Ф	Ф Ф Ф	Ф Ф Ф
Тема 1. История легкой атлетики	12	2	2	4	8
Тема 2. Классификация видов лёгкой атлетики и ее роль в системе физического воспитания. Основы техники легкоатлетических видов	22	4	6	10	12
Тема 3. Основы подготовки легкоатлетов и основные средства подготовки в легкой атлетике. обучение технике легкоатлетических видов	24	4	8	12	12
Тема 4. Роль легкой атлетики в развитии физических качеств человека	17	2	6	8	9
Тема 5. Тренировочная и соревновательная деятельность в лёгкой атлетике	18	2	6	8	10
Тема 6. Лёгкая атлетика в образовательных учреждениях	14	2	4	6	8
Аттестация	0				
КСР	1			1	
Итого	108	16	32	49	59

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

- электронный курс "легкая атлетика" (<https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=7842>).

Иные учебно-методические материалы: <https://arz.unn.ru/sveden/document/>

http://www.arz.unn.ru/pdf/Metod_all_all.pdf

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-презентация) для оценки сформированности компетенции ОПК-1

1.Методы и средства легкой атлетики.

2.Воспитание физических качеств посредством легкой атлетики

3.Роль специальных подготовительных и подводящих упражнений в тренировке спортсмена.

4.Методика воспитания физических качеств в циклических видах спорта.

5.Основные термины в легкой атлетике, требования, международная терминология ее применение в практической деятельности.

6.Техника и методика обучения в легкой атлетике.

7.Бег как естественный способ передвижения человека. Техника бега.

8.Обучение технике бега на короткие и средние дистанции.

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции ОПК-2

1.Спортивный отбор. Классификация методов спортивного отбора.

2.Контрольное тестирования физических качеств: сила, выносливость.

3.Планирование внеклассной работы в общеобразовательной школе.

4.Этапы спортивного отбора.

5.Контрольное тестирования физических качеств: быстрота, гибкость.

6.Цель внеклассной работы по физической культуре в школе.

7.Модельные характеристики сильнейших спортсменов в связи с проблемой спортивного отбора.

8.Факторы, обуславливающие спортивный результат в виде легкой атлетики и их использование в процессе отбора.

9.Физиологическая характеристика физических упражнений

10.Физиологические показатели, используемые при отборе в различные виды легкой атлетики.

11.Влияние наследственности на морфофункциональные показатели и физические качества.

Критерии оценивания (оценочное средство - Доклад-презентация)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	более 70% ниже представленных критериев соблюдены.
хорошо	более 60% ниже представленных критериев соблюдены.
удовлетворительно	более 50% ниже представленных критериев соблюдены.
неудовлетворительно	соблюдены менее 50% ниже представленных критериев.

5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции ОПК-1

1. Назовите особенности развития силы средствами легкой атлетики
2. Назовите особенности развития быстроты средствами легкой атлетики
3. Назовите особенности развития выносливости средствами легкой атлетики
4. Назовите особенности развития ловкости средствами легкой атлетики
5. Назовите особенности развития гибкости средствами легкой атлетики

5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции ОПК-2

2. Структура и задачи начального отбора для занятий видом спорта.
3. Структура, методы, организация и задачи углубленного отбора с дифференциацией спортсменов на основе изучения их индивидуальных особенностей.
4. Структура, методы, организация и задачи отбора для участия в ответственных соревнованиях.
5. Определите связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях.
6. Определите связь отбора с модельными характеристиками соревновательной и тренировочной деятельности спортсменов.

5.1.5 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции ОПК-3

1. Организация проведения занятий по легкой атлетике в естественных условиях. Особенности процесса обучения технике легкоатлетических видов.
2. Организация проведения занятий по легкой атлетике в различных условиях. Роль техники безопасности в процессе обучения, формы и методы ее обеспечения.
3. Особенности методики проведения занятий с женщинами и занимающимися различных возрастных групп.
4. Развитие и воспитание основных физических и морально-волевых качеств легкоатлета как многолетний процесс обучения. Их роль в процессе овладения техникой легкоатлетических движений, предупреждение травматизма.
5. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Автоматизация выполнения движений.
6. Положительный и отрицательный перенос навыков в процессе обучения и обеспечения техники безопасности.
7. Классификация общеразвивающих и специальных упражнений в занятиях легкой атлетикой. Их роль и планирование в процессе обучения различным видам, развитию и воспитании качеств.

8.Основы методики спортивной тренировки. Этапы многолетнего и годовичного планирования.

9.Принципы тренировок круглогодичной подготовки. Соотношение видов подготовки.

10.Моделирование и управление.

11.Методика отбора для занятий легкой атлетикой. Средства и методы отбора на различных возрастных этапах. Контрольные упражнения и их место. Тестирование в процессе отбора.

Критерии оценивания (оценочное средство - Задания)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выполненные задания содержательно полностью соответствуют поставленным вопросам. Приведенная информация проанализирована, переработана, рассмотрены и приведены различные точки зрения специалистов по данным вопросам, возможно, приведены практические примеры собственного опыта. Оформление задания полностью соответствует требуемому шаблону.
хорошо	выполненные задания содержательно соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация верная, но она студентом заимствована из источника без проведения анализа содержания. Оформление задания полностью соответствует требуемому шаблону.
удовлетворительно	выполненные задания в целом содержательно соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация представлена с ошибками. Оформление задания в целом соответствует требуемому шаблону.
неудовлетворительно	выполненные задания содержательно не соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация представлена с ошибками. Оформление задания не соответствует требуемому шаблону.

5.1.6 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-1

1.Организация урока по физической культуре в школе

Задание для индивидуальной работы: составить план-конспект урока по образцу.

Образец оформления план-конспекта урока:

План конспекта урока по физической культуре для учащихся 9 класса

Тема урока: Техника спринтерского бега

Цель урока: Повысить эффективность техники исполнения спринтерского бега на занятиях легкой атлетики

Задачи урока:

1) Обучить технике постановки стопы в движение

2) Обучить технике бега по прямой

3) Воспитать скоростные качества

Место проведения: Манеж

Дата проведения: 1.10.2015 год

Время проведения: 45 минут

Необходимый инвентарь: Свисток

Контингент: юноши (6), девушки (8)

Тип урока: изучение нового материала (обучающий)

Методы организации урока: Групповой, фронтальный

Ч/у	Частные задачи	Содержание	Доз.	ОМУ
I				

2. Содержание и организация внеклассной работы по легкой атлетике в школе

Задание для индивидуальной работы: оформить таблицу, включающую тренировочные задания с упражнениями в виде комплексов (обучающих, развивающих, специализированной подготовки) по любому виду легкой атлетики.

Указать по какому виду лёгкой атлетики

Виды комплексов подготовки	Упражнения комплекса (до 5 упр)	Дозировка	Методические указания
обучающий			
развивающий			
специализированный			

Задание 3. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой

Задание для индивидуальной работы: изучить теоретический материал по теме. Письменно ответить на один из предложенных вопросов:

1. Техника безопасности при занятиях бегом: покрытие беговой дорожки и кроссовой дистанции, наличие разметок на дорожке, рельеф беговой дистанции.

2. Техника безопасности при занятиях прыжками: состояние мест приземления, правильная фиксация планки отталкивания в прыжках в длину и тройном прыжке, установка планки в прыжках в высоту, состояние секторов.

3. Техника безопасности при занятиях метаниями: соответствие веса снаряда подготовленности занимающихся, наличие сеток безопасности при длинных метаниях, учет квалификации спортсменов при выборе места занятия.

5.1.7 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-14

1. Составить комплекс упражнений для обучения техники бега на короткие дистанции и развития специальных физических качеств, необходимых бегунам на короткие дистанции.

2. Составить комплекс упражнений для обучения техники бега на средние и дистанции, и развития специальных физических качеств, необходимых бегунам на средние дистанции.

3. Составить комплекс упражнений для обучения прыжку в высоту способом «перешагивание» и развития специальных физических качеств, необходимых прыгунам в высоту.

4. Составить комплекс упражнений для обучения технике прыжкам в длину способом «согнут ног» и развития специальных физических качеств, необходимых прыгунам в длину.

5. Составить комплекс упражнений обучения технике метания малого мяча (копья) и развития специальных физических качеств, необходимых метателям.

6. Составить комплекс упражнений для обучения технике толкания ядра и развития специальных физических качеств, необходимых метателям.

5.1.8 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-4

1. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике

Работа главной судейской коллегии на предварительном, соревновательном и заключительном этапах соревнований. Функции главного судьи соревнований, главного секретаря. Составление судейских бригад по видам: беговая бригада, бригада судей по прыжкам, бригада судей по метаниям, бригада судей по стилю, бригада судей на дистанции, бригада судей по награждению и торжественным процедурам, бригада судей по информации, рабочая бригада судей.

Задание для индивидуальной работы: сделать анализ работы судейских бригад по одному виду легкой атлетике.

2. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике в учебных заведениях

Методические особенности организации и проведения школьных и вузовских соревнований. Виды легкой атлетики, рекомендуемые для включения в программу соревнований школьников различного возраста, допустимые нагрузки. Организационные особенности соревнований в учебной группе (классе), курсе (параллели классов). Организация соревнований (первенство, спартакиада) в масштабе школы, факультета, вуза. Оргкомитет, подготовка положения. Разработка программы. Судейская коллегия. Итоги. Отчет.

Задание для индивидуальной работы: разработать «Положение о соревнованиях по легкой атлетике» в любом учебном заведении по пунктам.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований по легкой атлетике

I. Цели и задачи.

II. Сроки и место проведения соревнований.

III. Руководство соревнованиями.

IV. Участники соревнований.

V. Программа соревнований.

VI. Условия зачета. Определение победителей.

VII. Награждение.

VIII. Подача заявок.

3. Организация учебно-тренировочного занятия по лёгкой атлетике

Задание для индивидуальной работы: составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по образцу

Образец оформления план-конспекта учебно-тренировочного занятия

План-конспект учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике №1 для группы НП 3 года обучения

Период: подготовительный

Тема: техника низкого и высокого старта

Цель занятия:

Повышение технического уровня выполнения элементов спринтерского бега

Задачи занятия:

1. Совершенствовать технику высокого старта

2. Совершенствовать технику низкого старта с различных положений

3. Воспитать скоростные качества

Дата: 09.09.2015г.

Контингент: мальчики (6), девочки (4)

Место проведения: легкоатлетический манеж

Время проведения: 90'

Необходимое оборудование и инвентарь: свисток, секундомер, резина, ленты

Методы организации занятия: фронтальный, групповой

5.1.9 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-9

1. Теория и методика обучения и совершенствования элементов техники бега на короткие дистанции.

Обучение и методика совершенствования техники бега на короткие дистанции, низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, бег на повороте, низкий старт на повороте, финиширование. Специальные упражнения бегунов. Средства и методы развития скорости и быстроты.

Составить комплексы упражнений для развития скорости. Разработайте комплексы упражнений для исправления ошибок в технике бега на короткие дистанции.

2. Теория и методика обучения и совершенствования элементов техники бега на средние и длинные дистанции.

Совершенствование техники бега по прямой и на виражах. Обучение технико-тактическим действиям спортсмена в беге на средние и длинные дистанции. Развитие скоростной выносливости.

Составить комплексы упражнений для развития скоростной выносливости. Разработайте комплексы упражнений для исправления ошибок в технике бега на средние и длинные дистанции.

3. Теория и методика тренировки в беге на короткие дистанции.

Основные виды подготовки спринтеров (общая подготовка, специальная циклическая). Локальная подготовка: специально-подготовительные упражнения, специальные упражнения. Интегральная подготовка: развитие скорости, развитие специально-скоростной выносливости, контрольные упражнения. Средства и методы развития скоростных способностей.

Составить комплексы развития физических качеств: быстроты, скорости.

4. Теория и методика тренировки в беге на средние и длинные дистанции.

Методы непрерывного длительного бега: равномерный длительный бег, длительный и темповый кроссовый бег, фартлек, длительный кроссовый бег в переменном темпе. Методы прерывного бега: интервальный бег, повторный бег на длинных отрезках, переменный бег, интервальный спринт. Контрольные упражнения.

Составить комплексы развития физических качеств: скоростной выносливости, общей выносливости.

5.Внеклассная и внешкольная формы работы по легкой атлетике.

Занятия в школьной секции легкой атлетики. Дополнительные внеклассные занятия в школе: физкультпаузы, физкультминутки, подвижные игры с элементами легкой атлетики, организация и проведение соревнований.

Составить комплекс упражнений для проведения учебно-тренировочного в школьной секции

Критерии оценивания (оценочное средство - Практическое задание)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	в практическом задании техника выполнения двигательного(ых) действия(й) вида спорта верная с точки зрения биомеханики, эргономики и эстетического восприятия данного двигательного действия, в случае возможности параметрического измерения результативности двигательного действия результативность оценивается как минимум выше среднего результата по группе занимающе задание)ихся.
хорошо	в практическом задании техника выполнения двигательного(ых) действия(й) вида спорта с точки зрения биомеханики, эргономики и эстетического восприятия данного двигательного действия с минимальными ошибками, в случае возможности параметрического измерения результативности двигательного действия результативность оценивается в пределах ниже среднего - среднего результата по группе занимающихся.
удовлетворительно	в практическом задании техника выполнения двигательного(ых) действия(й) вида спорта с точки зрения биомеханики, эргономики и эстетического восприятия данного двигательного действия с ошибками, в случае возможности параметрического измерения результативности двигательного действия результативность оценивается в пределах низкий - ниже среднего результата по группе занимающихся.
неудовлетворительно	в практическом задании техника выполнения двигательного(ых) действия(й) вида спорта с точки зрения биомеханики, эргономики и эстетического восприятия данного двигательного действия с существенными ошибками, в случае возможности параметрического измерения результативности двигательного действия результативность оценивается как очень низкий по группе занимающихся.

5.1.10 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-1

1.Олимпийский вид спорта, который включает в себя беговые виды, спортивную ходьбу, многоборья, пробеги, кроссы и технические

- 1) баскетбол
- 2) волейбол
- 3) лёгкая атлетика
- 4) шахматы

2.Атлет, побеждавший в трёх видах, получал почётное звание :

- 1) «траист»
- 2) "триаст"
- 3) «триат»
- 4) «траит»

3.Когда был основан лондонский атлетический клуб:

- 1) в 1855 г.
- 2) в 1865 г.
- 3) в 1875 г.
- 4) в 1835 г.

4.«Физические качества» - это:

- 1) совокупность физических качеств организма, обеспечивающих ему возможность осуществлять активную двигательную деятельность
- 2) совокупность свойств организма, обеспечивающих ему возможность осуществлять активную двигательную деятельность

4.Легкая атлетика имеет большую значимость в системе физического воспитания. Это прежде всего Значение этого вида спорта. Вставьте пропущенное слово.

- 1) воспитательное
- 2) оздоровительное
- 3) патриотическое

3) образовательное

5. Знаменитый финский бегун прославился своими многочисленными победами в беге на выносливость. Принимая участие в трех олимпийских играх, он завоевав, в общей сложности 7 золотых медалей:

1) Леонидас

2) Спирос Луис

3) Пааво Нурми

4) Джесси Оуэнса

5.1.11 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-13

1. Основным документом соревнований является

1) положение

2) вызов на соревнования

3) программа соревнований

2. Главный судья отвечает за подготовку и оформление всей основной документации, организует работу секретариата

1) верно

2) неверно

3. Кто руководит работой судейской коллегии на этапах подготовки, проведения и подведения итогов соревнования

1) главный судья

2) главный секретарь

3) старший судья

4. Соревнования на местах проводят:

1) судейские бригады

2) главный секретарь

3) судьи-помощники

5. Соревнования на местах проводят судейские бригады по видам в следующем составе (выберите несколько вариантов ответов):

- 1) старший судья
- 2) секретарь
- 3) судьи-помощники
- 4) главный секретарь

5.1.12 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-14

1.К видам лёгкой атлетики не относится: ...

- 1) прыжки в длину
- 2) спортивная ходьба
- 3) прыжки с шестом
- 4) прыжки через коня

2.К упражнениям лёгкой атлетики не относится:

- 1) бег
- 2) лазание
- 3) прыжки
- 4) метания

4.К спринтерскому бегу в лёгкой атлетике относится:

- 1) бег на 5000м
- 2) кросс
- 3) бег на 100м
- 4) марафонский бег

5.Один из способов прыжка в длину в лёгкой атлетике обозначается как прыжок:

- 1) «с разбега»
- 2) «перешагиванием»
- 3) «перекатом»
- 4) «ножницами»

5.1.13 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-2

1. Какой из критериев спортивного отбора является самым объективным на момент его проведения

- 1) общая физическая подготовка
- 2) специальная физическая подготовка
- 3) антропометрические данные
- 4) личностные качества

2. Какая основная задача перспективного спортивного отбора?

- 1) выявить сильнейшего спортсмена
- 2) выявить наиболее одаренного и перспективного спортсмена
- 3) выявить наиболее одаренного спортсмена
- 4) выявить наиболее перспективного спортсмена

3. Какой возраст будет определяющим при перспективном отборе?

- 1) паспортный
- 2) биологический
- 3) паспортный, и биологический (их соответствие)
- 4) никакой (не имеет существенного значения)

4. С какой целью обращают внимание на родителей спортсмена при отборе?

- 1) получить психологический портрет будущего спортсмена
- 2) выявить личностные характеристики
- 3) выявить физическую подготовку
- 4) выявить возможные пределы роста по морфологическим признакам

5. Какое значение имеет рост спортсмена при начальном отборе?

- 1) существенное
- 2) не значительное
- 3) не имеет смысла отбирать по росту на начальном этапе

4) значимость роста зависит от вида спорта

5.1.14 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-3

1.Основная организационная форма тренировочного занятия легкоатлетов

- 1) личное и групповое
- 2) личное и командное
- 3) групповое или индивидуальное

2.Подготовительная часть занятия (разминка) состоит из

- 1)двух частей
- 2)трёх частей
- 3)четырёх частей

3.Занятия по лёгкой атлетике проводятся

- 1) на оборудованных для этого спортивных площадках и в спортзале
- 2) в спортзале и на стадионе
- 3) на стадионе, спортивных площадках и в спортзале

4.К занятиям допускаются учащиеся:

- 1)отнесённые по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам
- 2)отнесённые по состоянию здоровья к основной группе
- 3)отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной группе

5.В основной части занятия решаются задачи повышения всесторонней и специальной подготовленности занимающихся, совершенствование техники тактики избранного вида спорта лёгкой атлетики, воспитание волевых качеств. Какая последовательность характерна для основной части занятия:

- 1)упражнения для обучения технике и совершенствования в ней- упражнения для развития быстроты и ловкости- упражнения для развития силы -упражнения для развития выносливости.
- 2)упражнения для развития быстроты и ловкости- упражнения для развития силы -упражнения для развития выносливости- упражнения для обучения технике и совершенствования в ней
- 3)упражнения для развития быстроты и ловкости -упражнения для развития выносливости- упражнения для развития силы - упражнения для обучения технике и совершенствования в ней

5.1.15 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-4

1.Тренировочная нагрузка создается воздействием средств на организм спортсмена (вставить пропущенное слово)

- 1) тренировки
- 2) физических упражнений
- 3) ОФП
- 4) СФП

2.Особая роль в увеличении разного рода нагрузок принадлежит

- 1) вариативности
- 2) гибкости
- 3) профессионализма

3.При составлении многолетнего плана подготовки следует учитывать, что на путь от новичка до мастера высокого класса требуется

- 1) 9 - 10 лет
- 2) 10-15 лет
- 3) 10-12 лет

4.Хорошим объективным показателем самочувствия является

- 1) общее самочувствие
- 2) частота пульса
- 3) частота дыхания

5.Очень важную роль в тренировочном процессе играет

- 1) медицинское и педагогическое обследование спортсменов
- 2) дневник и ежедневный самоконтроль спортсмена
- 3) анализ динамики показателей подготовленности спортсмена и тренировочная нагрузка

5.1.16 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-9

1.При воспитании быстроты ведущим является

1) повторный метод

2) переменный метод

3) круговой метод

2. Методы, используемые в процессе развития физических качеств:

1) равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой

2) переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой

3) равномерный, переменный, повторный, координационный, игровой, соревновательный, круговой

3. Соревновательный метод применяется для развития тактических, волевых и теоретических качеств, совершенствования технико-тактических умений и навыков, а также способностей рационально использовать их в усложненных действиях

1) верно

2) неверно

4. Для достижения результатов в спринте важно совершенствовать составляющие проявления быстроты на соответствующих этапах развития:

1) 9-11 лет - развитие частоты, темпа движений, в 14-16 лет - скоростно-силовых качеств и мышечной силы, в 15-17 лет - специальной выносливости

2) 9-11 лет - развитие частоты, темпа движений, в 14-16 лет - скоростно-силовых качеств и мышечной силы, а в 15-17 лет - скоростной выносливости

3) 9-11 лет - развитие частоты, темпа движений, в 14-16 лет - координационно-силовых качеств и мышечной силы, а в 15-17 лет – общей выносливости

5. Выносливость - это :

1) способность к длительному выполнению какой-либо деятельности, без снижения ее эффективности

2) морфологические и функциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие амплитуду различных движений спортсмена

3) способность к развитию мышечных усилий (напряжения), направленных на преодоление внешних и внутренних сопротивлений

Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	80-100% правильных ответов.
хорошо	60-89% правильных ответов.

Оценка	Критерии оценивания
удовлетворительно	40-59% правильных ответов.
неудовлетворительно	менее 40% правильных ответов.

5.1.17 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ОПК-13

1. Главная судебная коллегия (состав, права и обязанности).
2. Судьи по бегу и спортивной ходьбе (состав, права и обязанности).
3. Судьи по прыжкам и метаниям (состав, права и обязанности).
4. Места и оборудование соревнований по легкой атлетике.
5. Правила проведения соревнований по бегу и ходьбе.
6. Правила проведения соревнований по прыжкам в длину и тройному.
7. Правила проведения соревнований по прыжкам в высоту.
8. Правила проведения соревнований по метаниям.
9. Определение победителя в прыжках в длину (варианты)
10. Определение победителя в прыжках в высоту (варианты)
11. Состав судейской бригады в прыжках в высоту и их обязанности
12. Судейство соревнований по толканию ядра
13. Судейство соревнований по метанию малого мяча
14. Основные требования к местам соревнований в метаниях
15. Определение победителя в соревнованиях по толканию ядра
16. Определение победителя в соревнованиях по метанию мяча

5.1.18 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ОПК-9

1. Какое влияние оказывает лёгкая атлетика на организм человека.
2. Что такое сила и какие её виды вы знаете.

3.Какие существуют методы развития различных видов силы.

4.Какие упражнения со штангой используются для скоростно-силовой подготовки в беге и прыжках.

5.Какие Вы знаете упражнения с использованием доступных тренажёрных устройств.

6.Какие Вы знаете упражнения для развития скоростно-силовых качеств, применяемые в спортзале, на открытых площадках.

7.Какие Вы знаете средства самоконтроля.

Критерии оценивания (оценочное средство - Опрос)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.
хорошо	выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении аналитических заданий.
удовлетворительно	выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.
неудовлетворительно	выставляется студенту, ответ которого содержит существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и не умеющего использовать полученные знания при решении практических задач.

5.1.19 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ОПК-13

1.Организация и проведение соревнований по легкой атлетике. Положение о соревнованиях.

2.Правила соревнований (на примере одного из видов легкоатлетических упражнений).

3.Права и обязанности судей.

4. Виды соревнований в зависимости от их масштаба, цели, формы.
5. Места соревнований и оборудование (на примере одного из видов легкоатлетических упражнений).
6. Начальный этап обучения технике легкоатлетических упражнений; его характеристика (на примере одного из видов легкоатлетических упражнений).
7. Этап овладения техникой в целом, его характеристика (на примере одного из видов легкоатлетических упражнений).
8. Этап овладения индивидуализированной техникой и спортивным мастерством (на примере одного из видов легкоатлетических упражнений).

5.1.20 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ОПК-3

1. Основные этапы исторического развития легкой атлетики.
2. Место легкой атлетики в системе физической культуры.
3. Классификация видов легкой атлетики.
4. Техника бега на короткие дистанции. Значение старта, стартового разгона, бега по дистанции и финиширования.
5. Техника прыжка в длину «согнув ноги». Значение разбега, отталкивания, полетной фазы и приземления.
6. Техника прыжка в высоту «перешагиванием». Значение разбега, отталкивания и полетной фазы.
7. Техника метания мяча и гранаты. Значение разбега, пред бросковых шагов и финального усилия.
8. Техника эстафетного бега 4x100м. Последовательность обучения. Основные правила соревнования.
9. Техника челночного бега. Применение челночного бега на уроках в школе.
10. Организация и содержание уроков по легкой атлетике в школе.
11. Организация урока по обучению технике бега.
13. Организация урока по обучению технике прыжка в длину с разбега.
14. Организация урока по обучению технике высокого и низкого старта.
15. Организация урока по обучению прыжку в высоту способом «перешагивание».
16. Организация урока по обучению метанию мяча (гранаты). Организация метания в цель и на дальность. Обеспечение безопасности.
17. Тесты, выявляющие уровень развития быстроты и быстрой силы. Их значение в спортивной и школьной практике. Методика проведения.

18.Тесты, выявляющие уровень развития общей выносливости, скоростной выносливости. Методика проведения.

19.Упражнения для подготовки прыгунов в длину и высоту. Развитие прыгучести.

20.Упражнения для подготовки метателей гранаты. Их связь с техникой броска.

21.Развитие общей выносливости на занятиях в школе. Обучение равномерному темпу бега. Пульсовой контроль.

Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	работа полностью раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников и изданий периодической печати, приводит практические примеры, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов
хорошо	работа частично раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов, но при этом дает не четкие ответы, без достаточно их аргументации.
удовлетворительно	работа в общих чертах раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию только из учебников. При ответах на дополнительные вопросы путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ.
неудовлетворительно	работа не раскрывает вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из одного источника копированием текста. При ответах на дополнительные вопросы путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ.

5.1.21 Типовые задания (оценочное средство - Проектная работа) для оценки сформированности компетенции ОПК-4

Задания для методических разработок частей занятия и их проведения по заданию преподавателя

(проектная работа **в группах до 4 человек**)

1.Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений.

2.Методические основы техники и средства совершенствования бега на короткие дистанции.

3.Методические основы техники и средства совершенствования бега на средние дистанции.

4.Методические основы техники и средства совершенствования бега на длинные дистанции.

5. Средства и методы развития скоростных качеств у спринтера.
6. Средства и методы развития общей и скоростной выносливости.
7. Методические основы техники и средства совершенствования бега на короткие дистанции.
8. Методические основы техники и средства совершенствования бега на средние дистанции.
9. Методические основы техники и средства совершенствования бега на длинные дистанции.
10. Средства и методы развития скоростных качеств у спринтера.
11. Средства и методы развития общей и скоростной выносливости.

Критерии оценивания (оценочное средство - Проектная работа)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выполненная методическая разработка части занятия полностью раскрывает основные вопросы материала. Студент приводит информацию из первоисточников и изданий периодической печати проведя её анализ, детализируя основные особенности методики преподавания, возможно приводит практические примеры собственного опыта преподавания. Оформление методической работы полностью соответствует требуемому шаблону.
хорошо	выполненная методическая разработка части занятия частично раскрывает основные вопросы материала. Студент приводит информацию из первоисточников, не анализируя её, не детализируя особенностей методики преподавания. Оформление методической работы не полностью соответствует требуемому шаблону.
удовлетворительно	выполненная методическая разработка части занятия в общих чертах раскрывает основные вопросы материала. Студент приводит информацию из источников литературы без детализации методики преподавания. Оформление методической работы не соответствует требуемому шаблону.
неудовлетворительно	выполненная методическая разработка части занятия не раскрывает основные вопросы материала или выполнена не по заявленной теме. Студент приводит не достаточно информации для отражения сути методических подходов или информация о методике преподавания является ошибочной. Оформление методической работы не соответствует требуемому шаблону.

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

Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	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 ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок
<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме
<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	удовлетворительно	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	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации

5.3.1 Типовые задания, выносимые на промежуточную аттестацию:

Оценочное средство - Контрольные вопросы

Зачёт

Критерии оценивания (Контрольные вопросы - Зачёт)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	ответ полный и правильный на основании изученной теории; теоретический материал и решение поставленных задач изложены в необходимой логической последовательности, грамотный научный язык; ответ самостоятельный. Могут быть допущены две–три несущественные ошибки, исправленные по требованию преподавателя.
не зачтено	ответ обнаруживает непонимание студентом основного содержания учебного материала или допущены существенные ошибки, которые не могут быть исправлены при наводящих вопросах преподавателя.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции ОПК-1 (Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста)

- 1.История развития лёгкой атлетики.
- 2.Международная легкоатлетическая любительская федерация.
- 3.Европейская атлетическая ассоциация.
- 4.Участие спортсменов России в соревнованиях по лёгкой атлетике.
- 5.Выступление спортсменов СССР на соревнованиях по лёгкой атлетике.
- 6.Достижения современной лёгкой атлетики.
- 7.Классификация легкоатлетических упражнений по технике выполнения.
- 8.Классификация легкоатлетических упражнений по воздействию на организм.
- 9.Методы, используемые для тренировки легкоатлетов.
- 10.Разновидности бега.
- 11.Особенности техники бега.
- 12.Виды стартов, оборудование, инвентарь.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции ОПК-13 (Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта)

- 1.Классификация соревнований. Их признаки.
- 2.Календарь соревнований. Их разнообразие и взаимосвязь.

- 3.Положение о соревнованиях. Разделы. Особенности при поведении личных и командных соревнований.
- 4.Программа соревнований. Распределение видов по дням. Последовательность их проведения в течении дня. Принципы составления программы.
- 5.Главная судейская коллегия. Ее состав. Функции. Права и обязанности.
- 6.Правила проведения соревнований по спортивной ходьбе. Состав судейской коллегии.
- 7.Функциональные обязанности и их распределение. Определение победителей.
- 8.Правила проведения соревнований в беге на короткие дистанции. Состав судейской бригады. Функциональные обязанности и их распределение. Определение победителей.
- 9.Правила проведения соревнований в беге на средние и длинные дистанции. Состав судейской бригады. Функциональные обязанности и их распределение.
- 10.Правила проведения соревнований в эстафетном беге. Состав судейских бригад. 11.Функциональные обязанности и их распределение. Определение победителей.
- 12.Правила проведения соревнований по прыжкам. Состав судейской бригады. 13.Функциональные обязанности и их распределение. Определение победителей.
- 14.Правила проведения соревнований по метаниям. Состав судейской бригады. 15.Функциональные обязанности и их распределение. Определение победителей.
- 16.Правила проведения соревнований по многоборьям. Состав судейской бригады. 17.Функциональные обязанности и их распределение. Определение победителей.
- 18.Основные документы для участия в соревнованиях. Форма и требования к оформлению.
- 19.Отчетные документы о проведении соревнований. Форма и требования к оформлению.
- 20.Представители команды. Их права и обязанности в период подготовки и проведения соревнований, при разрешении спорных вопросов и конфликтов.
- 21.Обязанности участников соревнований в период подготовки, проведения и окончания соревнований.
- 22.Классификация спортивных сооружений. Оборудование и инвентарь. Требования к ним при проведении соревнований различного ранга.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции ОПК-14 (Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса)

- 1.Концептуальные основы и содержание примерных образовательных программ по физической культуре.

2. Учебный план, рабочая программа, календарно-тематический план, поурочное планирование, отчетная документация.
3. Методика планирования учебно-тренировочного процесса и физкультурно-оздоровительного процесса.
4. Методическая работа учителя физической культуры: отбор содержания образования, форм, методов и приемов организации физкультурной оздоровительной работы,
5. Методическая работа учителя физической культуры: проектирование учебно-тренировочного процесса, выбор способов контроля знаний и умений обучающихся, моделирование воспитательного процесса.
6. Спортивные залы и специально-оборудованные кабинеты как база для успешного выполнения образовательной программы.
7. Использование ИКТ в учебно-тренировочном процессе и физкультурно-оздоровительной работе.
8. Особенности современных подходов и педагогических технологий в физической культуре.
9. Инновационная деятельность учителя физической культуры.
10. Наблюдение, эксперимент, методы опроса, тестирование, изучение передового педагогического опыта, изучение педагогической литературы и другие методы.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции ОПК-2 (Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий)

1. Отбор и спортивная ориентация в легкой атлетике.
2. Эффективность применения игрового метода на занятиях по легкой атлетике.
3. Внеклассная работа по легкой атлетике в общеобразовательной школе.
4. Приемы регулирования физической нагрузки на уроках по легкой атлетике в общеобразовательной школе.
5. Пути повышения эффективности школьных уроков легкоатлетической направленности.
6. Применение легкоатлетических упражнений в физическом воспитании детей младшего школьного возраста.
7. Применение легкоатлетических упражнений в системе подготовки спортсменов различных видов спорта.
8. Методика использования средств легкой атлетики для решения задач оздоровительной направленности.
9. Тренажеры и тренажерные устройства в физической подготовленности легкоатлетов.

10. Возрастная динамика развития двигательных способностей у занимающихся легкой атлетикой.
11. Исследование работоспособности у юных легкоатлетов.
12. Методика организации и отбора детей для занятий легкой атлетикой.
13. Методы повышения моторной плотности занятий по легкой атлетике с учащимися средней и старшей возрастных групп общеобразовательной школы.
14. Методика проведения секционной работы в общеобразовательной школе по легкой атлетике.
15. Особенности физического развития юных легкоатлетов.
16. Методика развития физических качеств на уроках легкой атлетики в общеобразовательной школе.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции ОПК-3 (Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке)

1. Краткая история развития современной лёгкой атлетики.
2. Краткая классификация легкоатлетических упражнений.
3. Зарождение и становление спортивной ходьбы как вида спорта.
4. Техника спортивной ходьбы.
5. Бег. Деление беговых дистанций.
6. Бег на короткие дистанции, его главные составляющие.
7. Техника бега на короткие дистанции. Старт – краткая характеристика.
8. Техника бега на короткие дистанции. Бег по дистанции – краткая характеристика.
9. Бег с барьерами. Краткая характеристика.
10. Эстафетный бег. Краткая характеристика.
11. Бег на средние и длинные дистанции. Краткая характеристика.
12. Кросс. Техника бега в кроссе.
13. Прыжки. Отличия прыжковых упражнений.
14. Прыжки в длину. Краткая характеристика техники прыжка в длину
15. Прыжки в высоту. Краткая характеристика техники прыжка в высоту.
16. Техника прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».

17.Метание. Основные виды метаний.

18.Толкание ядра. Краткая характеристика.

19.Легкоатлетические многоборья. Краткая характеристика дисциплин мужского многоборья.

20.Легкоатлетические многоборья. Краткая характеристика дисциплин женского многоборья.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции ОПК-4 (Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта)

1.Основы процесса обучения легкоатлетическим упражнениям. Задачи, структура, принципы, средства и методы обучения. Последовательность обучения различным видам.

2.Основная форма занятий по легкой атлетике. Особенности массового обучения учащихся легкоатлетическим упражнениям. Подготовка и организация процесса при обучении технике различных видов. Сходства и различия

3.Организация проведения занятий по легкой атлетике в естественных условиях. 4.Особенности процесса обучения технике легкоатлетических видов.

5.Организация проведения занятий по легкой атлетике в различных условиях. Роль техники безопасности в процессе обучения, формы и методы ее обеспечения.

6.Особенности методики проведения занятий с женщинами и занимающимися различных возрастных групп.

7.Развитие и воспитание основных физических и морально-волевых качеств легкоатлета как многолетний процесс обучения. Их роль в процессе овладения техникой легкоатлетических движений, предупреждение травматизма.

8.Подводящие и специальные упражнения при обучении. Автоматизация выполнения движений. Положительный и отрицательный перенос навыков в процессе обучения и обеспечения техники безопасности.

9.Классификация общеразвивающих и специальных упражнений в занятиях легкой атлетикой. Их роль и планирование в процессе обучения различным видам, развитию и воспитании качеств.

10.Основы методики спортивной тренировки. Этапы многолетнего и годового планирования. Принципы тренировок круглогодичной подготовки. Соотношение видов подготовки. Моделирование и управление.

11.Методика отбора для занятий легкой атлетикой. Средства и методы отбора на различных возрастных этапах. Контрольные упражнения и их место. Тестирование в процессе отбора.

Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции ОПК-9 (Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся)

1. Средства и методы развития силы.
2. Средства и методы развития быстроты.
3. Средства и методы развития выносливости.
4. Средства и методы развития ловкости.
5. Средства и методы развития гибкости.
6. Применение средств и методов развития физических качеств в беге.
7. Применение средств и методов развития физических качеств в прыжках.
8. Применение средств и методов развития физических качеств в метаниях.
9. Применение средств и методов развития физических качеств в многоборьях.
10. Специфика оценок физической подготовленности легкоатлетов.
11. Специфика оценок психического состояния легкоатлетов.
12. Специфика оценок физического развития легкоатлетов.
13. Оздоровительная направленность легкой атлетики.

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

Основная литература:

1. Германов Г. Н. Физическая культура в школе. Легкая атлетика : учебное пособие / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. - Москва : Юрайт, 2022. - 461 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492849> (дата обращения: 14.08.2022). - ISBN 978-5-534-04548-2 : 1749.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=821834&idb=0>.
2. Максименко И. Г. Профессиональноспортивное совершенствование (лёгкая атлетика) : учебно-методическое пособие / Максименко И. Г. - Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2021. - 451 с. - Рекомендовано Федеральным учебно-методическим объединением в качестве учебно-методического пособия для использования при реализации основных профессиональных образовательных программ по направлению подготовки бакалавриата 49.03.01 «Физическая культура». Гриф ФУМО от 18.11.2020 № 306 10/1. - Книга из коллекции Поволжский Г, <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=797861&idb=0>.
3. Германов Геннадий Николаевич. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Германов Г. Н. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2019. - 224 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-04492-8 : 569.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?>

Action=FindDocs&ids=584453&idb=0.

Дополнительная литература:

1. Диагностика физического состояния: обучающие методика и технология / Ланда Б.Х. - Москва : Спорт, 2017., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=650730&idb=0>.
2. Теория и методика избранного вида спорта : Учебное пособие для вузов / под ред. Шивринской С.Е. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 189 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07551-9. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=759203&idb=0>.
3. Никитушкин Виктор Григорьевич. Легкая атлетика в начальной школе : Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Никитушкин В. Г., Цуканова Е. Г. - Москва : Юрайт, 2019. - 205 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-05786-7 : 529.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=583297&idb=0>.
4. Батырь И. Н. Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика) : учебное пособие / Батырь И. Н., Чемов В. В. - Волгоград : ВГАФК, 2017. - 302 с. - Допущено к изданию решением Ученого совета ФГБОУ ВО «ВГАФК» в качестве учебного пособия. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции ВГАФК - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=733649&idb=0>.

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

Лицензионное программное обеспечение: Операционная система Windows.

Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office.

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), платформа Elibrary: национальная информационно-аналитическая система. Адрес доступа: http://elibrary.ru/project_risc.asp
ГАРАНТ. Информационно-правовой портал [Электронный ресурс].– Адрес доступа: <http://www.garant.ru>

Свободно распространяемое программное обеспечение:

программное обеспечение LibreOffice;

программное обеспечение «КонсультантПлюс»;

программное обеспечение Paint.NET;

Электронные библиотечные системы и библиотеки:

Электронная библиотечная система "Лань" <https://e.lanbook.com/>

Электронная библиотечная система "Консультант студента" <http://www.studentlibrary.ru/>

Электронная библиотечная система "Юрайт" <http://www.urait.ru/>

Электронная библиотечная система "Znaniy" <http://znaniy.com/>

Фундаментальная библиотека ННГУ. – Адрес доступа: www.lib.unn.ru/

Сайт библиотеки Арзамасского филиала ННГУ. – Адрес доступа: lib.arz.unn.ru

Ресурс «Массовые открытые онлайн-курсы Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского»
<https://mooc.unn.ru/>

Портал «Современная цифровая образовательная среда Российской Федерации»
<https://online.edu.ru/public/promo>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами, специализированным оборудованием: большой спортивный зал имеет оборудование: щиты баскетбольные, стойки волейбольные универсальные пристенные с натяжителем, сетка волейбольная, корзина для мячей, секундомер, скакалки, обручи, мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные), коврики гимнастические, стойки для прыжков, гимнастические маты, гимнастические скамейки, фитболы, лестницы скорости, медицинболы; лыжная база укомплектована специальным оборудованием: станок для обработки лыж, комплекты лыжного оборудования; тренажерный зал оснащен оборудованием: тренажер силовой Фтемі AGS 3000, беговая дорожка DEUS KP 784, велотренажер RONIN P221E, велотренажер магнитный Атемі AC-515, Весы, подставки для штанги Housefit HG-2093 - 2094, гантели разборные металлические Атлант, грифы для штанги, диски обрез черные Titan, скамья для прессы Атемі ASB 510, скамья многофункциональная АТЕМІ арт.ASB 910, стойка для дисков d25, Турник"Марси"8130, эллиптический тренажер магнитный Housefit DH-80881EL1, эспандеры латексная лента BODYForm.

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 49.03.01 - Физическая культура.

Автор(ы): Съёмова Светлана Геннадьевна.

Рецензент(ы): Полякова Татьяна Александровна, кандидат педагогических наук.

Заведующий кафедрой: Сидорова Татьяна Владиславовна, кандидат педагогических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 24.05.2023, протокол № 5.