ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2C30F99EF9D0306EA3C0F012BEB925E
Владелец: Чанкаев Мурат Хасанович
Действителен: с 02.04.2026 до 26.06.2027

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Факультет физической культуры

Кафедра спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«29» апреля 2026 г., протокол № 7

Рабочая программа дисциплины

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

(наименование дисциплины (модуля)

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки
Физическая культура; безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная/очно-заочная

Год начала подготовки –2026

Карачаевск, 2026

Составитель: к. п. н. Кубеков Э. А.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018г. № 125, основной профессиональной образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль) Физическая культура; безопасность жизнедеятельности; ОПВО, локальными актами КЧГУ

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры спортивных дисциплин на 2025-2026 уч. год

Протокол № 7 от 28. 04. 2026

Заведующий кафедрой доц. Кочкаров Э. Э.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля)....4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы....4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы....4
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся....7
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий....7
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)....7
5.2. Тематика лабораторных занятий....10
5.3. Примерная тематика курсовых работ....10
6. Образовательные технологии....10
7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)....11
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций....11
7.2.Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины 20
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:....20
7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации....21
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов....23
7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров....36
8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса....38
8.1. Основная литература:....38
8.2. Дополнительная литература:....38
9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)....38
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)....39
10.1. Общесистемные требования....39
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины....40
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения....40
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы....40
11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья....41
12. Лист регистрации изменений....42

1. Наименование дисциплины (модуля)

Теория и методика легкой атлетики

Целью изучения дисциплины является:

изучение истории, теории, методики преподавания и овладения техникой видов легкой атлетики, приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной, педагогической и организационной работы.

Для достижения цели ставятся задачи:

-.сформировать умения и навыки организации, проведения и судейства соревнований по лёгкой атлетике;

- освоить технику и методику обучения легкоатлетическим упражнениям;

- изучить комплексы различных упражнений, направленных на развитие двигательных качеств; совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе занятий, технику движений;

- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму, уровень физической подготовки;

- использовать современные методы и технологии в обучении и диагностики.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (квалификация – бакалавр).

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и методика легкой атлетики» (Б1.О.26.02) относится к обязательной части Б1.

Дисциплина (модуль) изучается на 1 курсе в 1,2 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО	
Индекс	Б1.О.26.02
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Учебная дисциплина «Теория и методика легкой атлетики» является базовой, знакомит студентов с общими представлениями о физической культуре и опирается на входные знания, полученные в общеобразовательной школе.	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
Изучение дисциплины «Теория и методика легкой атлетики» необходимо для успешного освоения дисциплин профессионального цикла «Методика обучения физической культуре», «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой их преподавания», «Теория и методика физической культуры и спорта» и другие	

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика легкой атлетики» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-8	Способен создавать и поддерживает безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	УК.Б-8.1Поддерживает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их	**Знает:** - научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;

		возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами. УК.Б-8.2 Оценивает степень потенциальной опасности и использует средства индивидуальной и коллективной защиты	- виды опасных ситуаций; - способы преодоления опасных ситуаций; - приемы первой медицинской помощи; - основы медицинских знаний. **Умеет:** - создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; - различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; - предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний. **Владеет:** - навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; - приемами первой медицинской помощи; - базовыми медицинскими знаниями; - способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций.
ПК-3	Способен формировать развивающую образовательную среду, осуществлять педагогическую помощь и поддержку обучающихся	ПК-3.1 Использует стандартизированные методы психолого- педагогической диагностики личностных характеристик и возрастных особенностей обучающихся ПК-3.2 Выбирает и реализует психолого- педагогические технологии(в том числе инклюзивные) для адресной работы с различными категориями обучающихся	**Знать:** - методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; - основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); - условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; - теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; - современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; - правила внутреннего распорядка; - правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды. **Уметь:** - использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкрет-

			ных задач практического характера; - разрабатывать учебную документацию; - самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; - разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; - планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; - проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; - применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; - организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; - использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; - осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; - использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся). **Владеть:** - средствами и методами профессиональной деятельности учителя; - навыками составления диагностических материалов для выяв-

			ления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; - основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; - методами убеждения, аргументации своей позиции.

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 5 ЗЕТ, 180 академических часа.

Объём дисциплины	Всего часов для очной формы обучения	Всего часов для заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	180	180
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		
Аудиторная работа (всего):	84	14
в том числе:		
Лекции	34	6
семинары, практические занятия	34	8
Практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные работы	16	
Внеаудиторная работа:		
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	96	154
Контроль самостоятельной работы		12
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	Зачет/экзамен	Зачет/экзамен

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

Для очной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			
		всего	Аудиторные уч. занятия	Сам. работа	Планируемые результаты	Формы текущего

			Лек	Пр	Лаб		обучения	контроля
1.	Тема: Структура и содержание предмета «Методика преподавания легкой атлетики в образовательных организациях»	10	2	2		6	УК-8 ПК-3	Устный опрос
2.	Тема: Общеразвивающие и общеподготовительные упражнения	6			2	4	УК-8	Доклад с презентацией
3.	Тема: Организация и правила проведения соревнований по легкой атлетике	8	2	2		4	УК-8	Творческое задание
4.	Тема: Методика обучения технике спортивной ходьбы.	6	2	2		2	УК-8 ПК-3	Устный опрос
5.	Тема: Методика обучения технике бега на средние дистанции	8	2	2	2	2	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
6.	Тема: Методика обучения технике кроссового бега	6	2	2		2	УК-8 ПК-3	Творческое задание
7.	Тема: Методика обучения технике бега на короткие дистанции	6	2	2		2	УК-8 ПК-3	Фронтальный опрос
8.	Тема: Методика обучения технике эстафетного бега	12	2	2	2	6	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
9.	Тема: Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега	10	2	2		6	УК-8 ПК-3	Творческое задание
10.	Тема: Методика обучения технике прыжков в длину с разбега	6	2	2		2	УК-8 ПК-3	Тест по теме
11.	Тема: Методика обучения технике метания мяча	12	2	2	2	6	УК-8 ПК-3	Реферат
12.	Тема: Методика обучения технике метания гранаты	8		2		6	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
13.	Тема: Методика обучения технике метания копья	12	2	2	2	6	УК-8 ПК-3	Творческое задание
14.	Тема: Методика обучения технике толкания ядра	10	2	2		6	УК-8 ПК-3	Блиц опрос
15.	Тема: Методика обучения технике тройного прыжка с разбега	12	2	2	2	6	УК-8 ПК-3	Реферат
16.	Тема: Методика обучения технике метания диска	10	2	2		6	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
17.	Тема: Методика обучения технике барьерного бега	12	2	2	2	6	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
18.	Тема: Основы методики обучения технике легкоатлетических видов спорта	8	2			6	УК-8 ПК-3	Творческое задание
19.	Тема: Легкая атлетика в образовательной школе	10		2	2	6	УК-8 ПК-3	Блиц опрос
20.	Тема: Основы спортивной тренировки и управление тренировочным процессом легкоатлетов	8	2			6	УК-8 ПК-3	Реферат
	Всего	**180**	**34**	**34**	**16**	**94**		

Для заочной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
		всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Лаб			
21.	Тема: Структура и содержание предмета «Методика преподавания легкой атлетики в образовательных организациях»	14	2			12	УК-8 ПК-3	Устный опрос
22.	Тема: Общеразвивающие и общеподготовительные упражнения	12		2		10	УК-8	Доклад с презентацией
23.	Тема: Организация и правила проведения соревнований по легкой атлетике	10		2		8	УК-8	Творческое задание
24.	Тема: Методика обучения технике спортивной ходьбы.	12	2			10	УК-8 ПК-3	Устный опрос
25.	Тема: Методика обучения технике бега на средние дистанции	10		2		8	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
26.	Тема: Методика обучения технике кроссового бега	12		2		10	УК-8 ПК-3	Творческое задание
27.	Тема: Методика обучения технике бега на короткие дистанции	8				8	УК-8 ПК-3	Фронтальный опрос
28.	Тема: Методика обучения технике эстафетного бега	10				10	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
29.	Тема: Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега	6				6	УК-8 ПК-3	Творческое задание
30.	Тема: Методика обучения технике прыжков в длину с разбега	10	2			8	УК-8 ПК-3	Тест по теме
31.	Тема: Методика обучения технике метания мяча	6				6	УК-8 ПК-3	Реферат
32.	Тема: Методика обучения технике метания гранаты	6				6	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
33.	Тема: Методика обучения технике метания копья	6				6	УК-8 ПК-3	Творческое задание
34.	Тема: Методика обучения технике толкания ядра	6				6	УК-8 ПК-3	Блиц опрос
35.	Тема: Методика обучения технике тройного прыжка с разбега	6				6	УК-8 ПК-3	Реферат
36.	Тема: Методика обучения технике метания диска	10				10	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
37.	Тема: Методика обучения технике барьерного бега	6				6	УК-8 ПК-3	Доклад с презентацией
38.	Тема: Основы методики обучения технике легкоатлетических видов спорта	6				6	УК-8 ПК-3	Творческое задание

39.	Тема: Легкая атлетика в образовательной школе	6				6	УК-8 ПК-3	Блиц опрос
40.	Тема: Основы спортивной тренировки и управление тренировочным процессом легкоатлетов	6				6	УК-8 ПК-3	Реферат
	Всего	**180**	**6**	**8**		**154+12 контроль**		

5.2. Тематика лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрены

5.3. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1.Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

-задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5…. 10 ошибок);

-ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);

-назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2.Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3.Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. *Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций*

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-8					
Базовый	**Знать:** научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных	Не знает научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды	В целом знает научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуа-	Знает научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды	

	ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний	опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний	ций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний	опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний	
	Уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний	Не умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний	В целом умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний	Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний	
	Владеть: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций	Не владеет навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций	В целом владеет навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций	Владеет навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций	
Повышенный	**Знать:** научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления				В полном объеме знает научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления

	опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний				опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний
	Уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний				Умеет в полном объеме создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний
	Владеть: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций				В полном объеме владеет навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций
ПК-3					
Базовый	**Знать:** методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для	Не знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых	В целом знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достиже-	Знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых	

	достижения планируемых образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	ния планируемых образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	
	Уметь: использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осу-	Не умеет использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по	В целом умеет использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по	Умеет использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по	

	ществлять реализацию программ по учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в	учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государ-	учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государ-	учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государ-	

	том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	ственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	ственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	ственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	
	Владеть: средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения,	Не владеет средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции	В целом владеет средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции	Владеет средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции	

	аргументации своей позиции		ции		
Повышенный	**Знать:** методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды				В полном объеме знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды
	Уметь: использовать достижения отечественной и зарубежной ме-				В полном объеме умеет использовать достижения отечественной и зарубежной мето-

	тодической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные				дической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые

	образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)				образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)
	Владеть: средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня				В полном объеме владеет средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированно-

	сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции				сти образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции

7.2.Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:

1.Основы техники спортивной ходьбы и бега.
2. Основы техники прыжка в высоту.
3. Основы техники прыжка в длину.
4. Основы техники метаний.
5. Общеразвивающие и специальные упражнения легкоатлетов.
6. Типовая схема обучения технике легкоатлетических упражнений.
7. Средства повышения тренированности легкоатлетов.
8. Легкая атлетика в школе и оздоровительном лагере.
9. Легкая атлетика и современное олимпийское движение.
10. Совершенствование техники и методики легкоатлетических видов на основе результатов научных изысканий.
11. Средства и методы развития выносливости у юных легкоатлетов.
12. Средства, методы и динамика развития силы у юных легкоатлетов.
13. Типовая структура урока по легкой атлетике, ее характеристика.
14. Средства и методы развития быстроты и ловкости у школьников.
15. Подготовка к соревнованиям юных легкоатлетов.
16. Меры безопасности и профилактика травматизма в легкой атлетике.
17. Особенности тренировки в легкоатлетических многоборьях.
18. Оздоровительный бег и его значение.

Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;

- доклад длинный, не вполне четкий;

- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;

- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;

- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;

- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;

- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации

Зачет

1. История возникновения и развития легкоатлетического спорта.
3. Возникновение и развитие легкой атлетики в России.
4. Эволюция техники легкоатлетических упражнений.
5. Урок легкой атлетики в школе и его разновидности (по направленности). Анализ урока по легкой атлетике.
6. Организация, планирование и учет работы по легкой атлетике в школе.
7. Анализ школьной программы по физической культуре (раздел “Легкая атлетика” и “Кроссовая подготовка”).
8. Типовая схема обучения и этапы формирования двигательного действия в легкой атлетике.
9. Самостоятельная работа по легкой атлетике в школе и контроль за ее выполнением (домашнее задание).
10. Легкая атлетика в режиме дня школы.
11. Организация внеклассной работы по легкой атлетике в школе.
12. Виды контроля на занятиях по легкой атлетике в школе.
13. Методика развития быстроты на уроках физической культуры средствами легкой атлетики (по возрастам).

Экзамен

1.Легкая атлетика как вид спорта. Классификация легкоатлетических упражнений.

2.История возникновения и развития легкоатлетического спорта.

3.Возникновение и развитие легкой атлетики в России.

4.Эволюция техники легкоатлетических упражнений.

5.Урок легкой атлетики в школе и его разновидности (по направленности). Анализ урока по легкой атлетике.

6.Организация, планирование и учет работы по легкой атлетике в школе.

7. История возникновения и развития легкоатлетического спорта.

8.Возникновение и развитие легкой атлетики в России.

9.Эволюция техники легкоатлетических упражнений.

10.Урок легкой атлетики в школе и его разновидности (по направленности). Анализ урока по легкой атлетике.

11.Организация, планирование и учет работы по легкой атлетике в школе.

12.Анализ школьной программы по физической культуре (раздел “Легкая атлетика” и “Кроссовая подготовка”).

13.Типовая схема обучения и этапы формирования двигательного действия в легкой атлетике.

14.Самостоятельная работа по легкой атлетике в школе и контроль за ее выполнением (домашнее задание).

15.Легкая атлетика в режиме дня школы.

16.Организация внеклассной работы по легкой атлетике в школе.

17.Виды контроля на занятиях по легкой атлетике в школе.

18.Методика развития быстроты на уроках физической культуры средствами легкой атлетики (по возрастам).19.Легкая атлетика как вид спорта. Классификация легкоатлетических упражнений.

20.История возникновения и развития легкоатлетического спорта.

21.Возникновение и развитие легкой атлетики в России.

22.Эволюция техники легкоатлетических упражнений.

23.Урок легкой атлетики в школе и его разновидности (по направленности). Анализ урока по легкой атлетике.

24.Организация, планирование и учет работы по легкой атлетике в школе.

25.Анализ школьной программы по физической культуре (раздел “Легкая атлетика” и “Кроссовая подготовка”).

26.Типовая схема обучения и этапы формирования двигательного действия в легкой атлетике.

27.Самостоятельная работа по легкой атлетике в школе и контроль за ее выполнением (домашнее задание).

28.Легкая атлетика в режиме дня школы.

29.Организация внеклассной работы по легкой атлетике в школе.

30.Виды контроля на занятиях по легкой атлетике в школе.

32.Методика развития быстроты на уроках физической культуры средствами легкой атлетики (по возрастам).

33.Методика развития выносливости на уроках физической культуры средствами легкой атлетики (по возрастам).

34.Методика развития силовых качеств учащихся на уроках физкультуры средствами легкой атлетики.

35.Учет возрастных особенностей учащихся на занятиях по легкой атлетике.

36.Специфика реализации дидактических принципов в обучении легкоатлетическим действиям.

37.Предупреждение травматизма при обучении технике легкоатлетических упражнений.

38.Принципы и методы спортивной тренировки в легкой атлетике.

39.Планирование спортивной тренировки легкоатлетов.

40.Виды подготовки легкоатлетов и их краткая характеристика.

41.Биомеханические основы техники ходьбы.

42.Биомеханические основы техники бега.

43.Биомеханические основы техники прыжков.

44.Биомеханические основы техники метаний.

45.Аэродинамические свойства снарядов для метаний.

46.Разновидности и обоснование стартовых положений в беге.

47.Анализ техники спортивной ходьбы.

48.Анализ техники бега на короткие дистанции.

49.Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.

50.Анализ техники бега на местности (кроссовый бег).

51.Анализ техники бега с барьерами.

52.Анализ техники эстафетного бега.

53.Анализ техники прыжка в длину способом “согнув ноги”.

54.Анализ техники прыжка в длину способом “ножницы”.

55.Анализ техники прыжка в длину способом “прогнувшись”. 67.Анализ техники тройного прыжка с разбега.

56.Анализ техники прыжка в высоту способом “перешагивание”.

57.Анализ техники прыжка в высоту способом “фосбюри-флоп”.

58.Анализ техники метания малого мяча, гранаты и копья.

59.Анализ техники толкания ядра и ее разновидности.

60.Методика обучения технике бега на короткие дистанции.

61.Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции.

62.Методика обучения технике барьерного бега.

63.Методика обучения технике передачи и приема эстафетной палочки.

64.Методика обучения технике прыжка в длину с разбега способом “согнув ноги”.

65.Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега способом “перешагивание”.

66.Методика обучения технике метания мяча, гранаты.

Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине «Теория и методика легкой атлетики»:

✓ 5 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 4 - балла - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 3 балла – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 2 балла – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов

1. Спортивная ходьба

Отметьте правильные(й) ответ(ы)

1. Задание

Расстояние до первого барьера в беге на 100 м с/б бегуньи преодолевают в ... шагов

□ 5
□ 6
□ 7
□ 8
□ 9

1. Задание

Впервые соревнования по спортивной ходьбе на 7 миль были проведены в 1867 году в ...

□ Англии

 Германии
 России
 Греции
 Голландии

3. Задание

С ... года советские скороходы участвуют в Олимпийских играх и завоёвывают олимпийские медали различного качества

 1952
 1956
 1960
 1964
 1968

4. Задание

Спортивная ходьба имеет много общего с обычной ходьбой, однако отличается от неё ...

 выпрямленной опорной ногой с момента постановки до момента вертикали
 наличием двойной опоры
 отсутствием периода полёта
 перекрёстной работой рук
 высокой скоростью передвижения

5. Задание

Первое касание грунта в спортивной ходьбе происходит ...

 внешней стороной пятки
 всей плоскостью стопы
 передней частью стопы
 внешней стороной всей стопы
 в зависимости от индивидуального стиля спортсмена

6. Задание

Положение туловища в спортивной ходьбе должно быть ...

 почти вертикальным
 строго вертикальным
 значительно наклонено вперед
 незначительно отклонено назад
 согнутым в тазобедренных суставах

7. Задание

Движение таза вокруг ... оси - важный элемент техники спортивной ходьбы, позволяющий увеличивать длину шага

 сагиттальной
 горизонтальной
 вертикальной
 наклонной

8. Задание

Основу техники спортивной ходьбы составляет один цикл действия, состоящий из двойного шага (шаг с левой ноги и шаг с правой ноги). Цикл содержит периоды ...

 одиночной опоры
 двойной опоры
 полета
 амортизации
 отталкивания

9. Задание

Движения рук в спортивной ходьбе помогают увеличивать ...

 частоту шагов
 длину шагов

 мощность отталкивания
 угол отталкивания

10. Задание

Критическая скорость в спортивной ходьбе, при достижении которой спортсмен переходит на бег, находится в пределах ... м/с

 2-3
 3-4
 4-5
 5-6
 6-7

11. Задание

По преданию Геракл начертил место для начала бега, затем отмерил 600 ступней. Эта дистанция составила 192,27 м и стала называться ...

 лье
 миля
 стадия
 марафон
 фут

12. Задание

Метрическая система мер для бега впервые введена на Олимпийских играх в ...

 Афинах (1896 год)
 Париже (1900 год)
 Сент-Луисе (1904 год)
 Лондоне (1908 год)
 Стокгольме (1912 год)

2. Бег на короткие дистанции

Отметьте правильный(е) ответ(ы)

1. Задание

По структуре, спортивный бег относится к ... движениям

 циклическим
 ациклическим
 смешанным
 силовым
 скоростно-силовым

2. Задание

Максимальная скорость в беге на 100 м бегунами различной квалификации достигается на ... секунде

 1-2
 3-4
 5-6
 7-8

3. Задание

При старте с виража колодки устанавливаются ...

 прямолинейно у внешнего края дорожки
 посередине беговой дорожки
 у внутреннего края беговой дорожки
 у внешнего края дорожки по касательной к изгибу внутренней линии дорожки

4. Задание

Из практики известно, что бег по виражу менее эффективен, чем бег по прямой. Основной причиной снижения скорости на вираже является действие на бегуна ...

 центробежной силы

 силы реакции опоры
 силы инерции
 силы тяжести
 силы сопротивления

5. Задание

Стартовый разгон в беге на 100 м составляет ...
 5-10
 15-20
 25-30
 35-40
 45-50

6. Задание

Основная задача финиширования в спринтерском беге заключается в том, чтобы ...
 поддержать имеющуюся скорость до конца дистанции
 выполнить общий наклон корпуса в сторону финишной линии
 увеличить скорость бега
 выполнить "бросок грудью" в створ финиша

7. Задание

По команде "Внимание" спринтер поднимает таз на высоту ...
 до уровня плеч
 выше уровня плеч на 10-15 см
 ниже плеч
 до полного выпрямления маховой ноги

8. Задание

Для начинающих спортсменов рекомендуется использование ... варианта низкого старта
 обычного
 сближенного
 узкого
 растянутого

9. Задание

Оптимальная величина первого шага в спринтерском беге находится в пределах ... длин стоп спортсмена
 4-4,5
 3-3,5
 5-5,5
 6-6,5
 2-2,5

10. Задание

Расположите варианты низкого старта в соответствии с расположением стартовых колодок у линии старта

обычный от линии старта до первой колодки 1,5 стопы; от первой колодки до второй колодки 1,5 стопы или длина голени

сближенный от линии старта до первой колодки 1,5 стопы и меньше; от первой колодки до второй колодки 0,85-1 стопа

растянутый от линии старта до первой колодки 2-2,5 стопы; от первой колодки до второй колодки 1 стопа и меньше

11. Задание

Выбор обычного, сближенного или растянутого варианта низкого старта в основном зависит от ... спринтера
 антропометрических данных
 физических возможностей
 возраста

 психологической подготовленности
 тактической подготовленности
12. Задание
Временной промежуток между командами "Внимание!" и "Марш!" составляет
 1 секунда
 0,5 секунды
 2 секунды
 не оговорён правилами соревнований и целиком зависит от стартёра
 1,5 секунды
13. Задание
К так называемому "длинному спринту" относится беговая дистанция на ... метров
 800
 400
 200
 100
 1500
14. Задание
В спринтерском беге постановка ноги на опору осуществляется ...
 "загребающим движением" на переднюю часть стопы
 упруго на всю стопу
 активным движением с пятки
 на внешнюю сторону всей стопы

3. Бег на средние дистанции
Отметьте правильный(е) ответ(ы)
1. Задание
По структуре, спортивный бег относится к ... движениям
 циклическим
 ациклическим
 смешанным
 силовым
 скоростно-силовым
2. Задание
К бегу на средние дистанции относят бег на ... метров
 100-200
 400
 800-1500
 3000-10000
3. Задание
Два периода одиночной опоры и два периода полёта соответствуют одному циклу движений в ...
 беге
 ходьбе
 метании копья
 прыжке в длину
толкании ядра
4. Задание
При беге по дистанции угол наклона туловища составляет…градусов
 1-3
 0
 4-5
 6-7

 8-9

5. Задание

Угол отталкивания в беге по дистанции примерно ...градусов

 45-50
 50-55
 60-65
 70-75
 75-80

6. Задание

В каких случаях участник бега подвергается дисквалификации при беге по отдельным дорожкам?

 наступает на внешнюю бровку
 самовольно покидает дорожку
 переходит на внешнюю дорожку без помехи другому участнику
 наступает на внутреннюю бровку
 бежит ближе к внешней бровке

4. Эстафетный бег

Отметьте правильный(е) ответ(ы)

1. Задание

В соответствии с правилами соревнований в эстафетном беге 4х100 м палочка передается в ...

 коридоре 20 м
 зоне дополнительного разбега 10 м
 коридоре + зоне дополнительного разбгеа
 любом месте по завершению этапа

2. Задание

К классическим видам эстафет, проводимым на стадионе, относятся эстафеты: ...

 4х100 м
 4х400 м
 800+400+200+100 м
 400+300+200+100 м
 встречные

3. Задание

Десятиметровая зона в эстафетном беге 4х100 м называется ...

 коридор
 фора
 стартовый разгон
 дополнительный разбег до начала коридора

4. Задание

Бегун, принимающий эстафетную палочку, стартует из положения ...

 высокого старта
 низкого старта с опорой на одну руку
 сближенного низкого старта
 растянутого низкого старта
 обычного низкого старта

5. Задание

Бег без перекладывания эстафетной палочки применяется в эстафете ... метров

 4х100
 4х400
 400+300+200+100
 800+400+200+100

6. Задание
В эстафетном беге 4Х100 м длина "форы" устанавливается ...
 нормировано для каждого возраста
 в соответствии с правилами соревнований
 в соответствии с положением о соревновании
 индивидуально
7. Задание
Дополнительная 10 м зона разбега до начала коридора разрешается в эстафете ... метров
 4х100
 4х400
 400+300+200+100
 800+400+300+100
8. Задание
Вставьте пропущенное слово
На втором и четвёртом этапах эстафетного бега 4х100 м бегуны несут эстафетную палочку в ... руке
9. Задание
Вставьте пропущенное слово
На первом и третьем этапах эстафетного бега 4х100 м бегуны несут эстафетную палочку в ... руке
Правильные варианты ответа: правой;
9. Задание
На первом и третьем этапах эстафетного бега 4х100 м бегуны должны бежать ...
 ближе к внутренней стороне беговой дорожки
 ближе к внешней стороне беговой дорожки
 по центру дорожки
 в зависимости от индивидуальной техники бегунов

5. Барьерный бег

Отметьте правильный ответ

1. Задание

Расстояние от линии старта до первого барьера в беге на 110 м с/б составляет ... м
☐ 13,72
☐ 13,00
☐ 9,14
☐ 14,02
☐ 10,5

2. Задание

Расстояние от линии старта до первого барьера в беге на 100 м с/б составляет ... м
☐ 13,72
☐ 13,00
☐ 9,14
☐ 8,05
☐ 14,02

3. Задание

Расстояние до первого барьера в беге на 110 м с/б бегуны преодолевают в ... шагов
☐ 5
☐ 6
☐ 7
☐ 8
☐ 9

4. Задание

В беге между барьерами применяется ... шажная техника бега
☐ двух
☐ трех
☐ четырех
☐ пяти
☐ шести

5. Задание

Техника преодоления барьера условно делится на три этапа, к ним относятся:
☐ атака
☐ переход
☐ сход
☐ отталкивание
☐ вертикаль
☐ момент

6. Задание

Установите соответствие длин 3-х шагов в беге между барьерами

1 шаг	длинный
2 шаг	средний
3 шаг	короткий

6. Прыжок в высоту

Отметьте правильный(е) ответ(ы)

1. Задание

По структуре, легкоатлетические прыжки относятся к ... движениям
☐ циклическим
☐ ациклическим
☐ смешанным
☐ силовым
☐ скоростным
☐ скоростно-силовым

2. Задание

Расположите в хронологическом порядке разновидности прыжка в высоту начиная с самого раннего
1: "волна"
2: "перешагивание"
3: "фосбери-флоп"
4: "перекидной"
5: "перекат"

3. Задание

Во всех видах прыжка в высоту разбег выполняется по прямой, кроме прыжка способом ...
☐ "фосбери-флоп"
☐ "перекат"
☐ "перекидной"
☐ "волна"
☐ "перешагивание"

4. Задание

Появлению современного способа "фосбери-флоп" предшествовал прыжок в высоту способом ...
☐ "перекат"
☐ "перекидной"
☐ "перешагивание"
☐ "волна"

5. Задание

Основным (главным) звеном в технике всех легкоатлетических прыжков является ...

☐ исходное положение
☐ разбег
☐ отталкивание
☐ полетная часть
☐ приземление

6. Задание

Траектория движения ОЦМТ спортсмена в полётной части прыжков в высоту задаётся ...

☐ в отталкивании
☐ на предтолчковых шагах
☐ в полёте
☐ в разбеге
☐ тройным

7. Задание

Способ прыжка в высоту, в котором разбег выполняется под прямым углом к планке, называется ...

☐ "волна"
☐ "перекидной"
☐ "перекат"
☐ "перешагивание"
☐ "фосбери-флоп"

8. Задание

Способ прыжка в высоту, в котором переход через планку, осуществляется грудью и животом, называется ...

☐ "волна"
☑ "перекидной"
☐ "фосбери-флоп"
☐ "перешагивание"

9. Задание

Наиболее сложной, с позиций управления движениями, частью легкоатлетических прыжков является ...

☐ разбег
☑ отталкивание
☐ полёт
☐ приземление

7. Прыжок в длину с разбега

Отметьте правильный(е) ответ(ы)

1. Задание

По структуре, легкоатлетические прыжки относятся к ... движениям

☐ циклическим
☐ ациклическим
☐ смешанным
☐ силовым
☐ скоростным
☐ скоростно-силовым

2. Задание

На Олимпийских играх в Мехико (1968 г) был показан феноменальный результат в прыжках в длину - 8,90 м, который до сих пор является олимпийским рекордом. Его установил ...

☐ Р. Бимон (США)
☐ Д. Лэйн (Ирландия)

☐ А. Тосуэлл (Англия)
☐ Д. Оуэнс (США)
☐ М. Пауэлл (США)

3. Задание

Основным (главным) звеном в технике всех легкоатлетических прыжков является ...
☐ исходное положение
☐ разбег
☐ отталкивание
☐ полетная часть
☐ приземление

4. Задание

В полётной части прыжка в длину способом "ножницы" спортсмены выполняют ... шагов
☐ 1,5
☐ 2
☑ 2,5
☐ 3
☑ 3,5
☐ 4

5. Задание

Оптимальный угол вылета в прыжках в длину находится в пределах ... градусов
☐ 75
☐ 24
☐ 45
☐ 14

6. Задание

Траектория движения ОЦМТ спортсмена в полётной части прыжков в длину задаётся ...
☐ в отталкивании
☐ в полёте
☐ на предтолчковых шагах
☐ в разбеге

7. Задание

Работа рук в полётной части прыжка в длину с разбега обеспечивает ...
☐ увеличение траектории полёта
☐ сохранение равновесия
☐ оптимальное приземление
☐ скорость полёта

8. Задание

Наиболее сложной, с позиций управления движениями, частью легкоатлетических прыжков является ...
☐ разбег
☐ отталкивание
☐ полёт
☐ приземление

8. Метание гранаты, копья

Отметьте правильный ответ

1. Задание

По структуре, толкание ядра, метание диска и метание гранаты относятся к ... движениям
☐ циклическим
☐ ациклическим
☐ смешанным
☐ скоростным
☐ скоростно-силовым

☐ силовым

2. Задание

Ведущим (главным) звеном в технике всех легкоатлетических метаний является ...

☐ финальное усилие
☐ разбег
☐ держание снаряда
☐ торможение
☐ сохранение равновесия
☐ исходное положение

3. Задание

На Олимпиаде в 1912 году в Сткгольме была создана попытка внедрить идею древних греков о гармоничном развитии атлетов. Для этого метатели должны были метать копьё ...

☐ правой и левой рукой
☐ только левой рукой
☐ с ограниченного квадрата 2,5 Х 2,5 м
☐ на дальность и в цель
☐ упираясь пальцами сильнейшей руки в хвост копья, а другой поддерживать за середину

4. Задание

Снижение аэродинамических свойств копья за счёт смещения ОЦМ на 4 см вперёд было вызвано ...

☐ безопасностью проведения соревнований
☐ зрелищностью полёта копья
☐ обязательным условием первоначального касания грунта наконечником копья
☐ увеличением дальности полёта копья

5. Задание

Легкоатлетическими снарядами, обладающими ярко выраженными аэродинамическими свойствами, являются ...

☐ диск
☐ копьё
☐ граната
☐ молот
☐ ядро

6. Задание

Дальность полёта копья зависит от двух основных факторов, которыми яывляются ...

☐ начальная скорость вылета снаряда
☐ оптимальный угол вылета снаряда
☐ максимальная скорость в разбеге
☐ длина разбега
☐ рациональное сочетание длин бросковых шагов

7. Задание

Отведение копья начинается с момента выполнения ...

☐ первого броскового шага
☐ скрестного шага
☐ стопорящего шага
☐ начала разбега

8. Задание

Установите последовательность выполнения элементов техники метания копья

1: отведение копья
2: предварительный разбег
3: держание копья, исходное положение
4: "скрестный" шаг

5: торможение
6: финальное усилие
7: "стопорящий" шаг

9. Задание

Угол образованный вектором начальной скорости снаряда и линией горизонта есть угол ...

☐ вылета снаряда
☐ местности
☐ атаки
☐ траектории

10. Задание

Расставьте факторы, присущие всем легкоатлетическим метаниям в соответствии с их формулировками

угол вылета	угол, образованный вектором начальной скорости снаряда и линией горизонта
высота выпуска снаряда	расстояние по вертикали от точки отрыва снаряда от руки до поверхности сектора
угол местности	угол, образованный линией, соединяющей точку выпуска снаряда с местом приземления снаряда и горизонтом
начальная скорость вылета снаряда	скорость, которой обладает снаряд в момент отрыва от руки метателя

11. Задание

Улучшение результата в метании копья у сильнейших метателей за счёт выполнения разбега находится в пределах ... метров

☐ 25-30
☐ 5-10
☐ 45-50
☐ 2-3

12. Задание

Наиболее сложной, с позиций управления движениями, частью легкоатлетических метаний является ...

☐ разбег
☐ торможение
☐ финальное усилие
☐ держание снаряда
☐ исходное положение

9. Толкание ядра

Отметьте правильный(е) ответ(ы)

1. Задание

По структуре, толкание ядра, метание диска и метание копья (гранаты) относятся к ... движениям

☐ циклическим
☐ ациклическим
☐ смешанным
☐ скоростным
☐ скоростно-силовым
☐ силовым

2. Задание

Современные толкатели используют технику толкания ядра способами ... и ...

☐ со скачка
☐ с поворота
☐ с шага
☐ с места
☐ со скачка из положения боком
☐ с прыжка

3. Задание

Ведущим (главным) звеном в технике всех легкоатлетических метаний является ...

☐ финальное усилие
☐ разбег
☐ держание снаряда
☐ торможение
☐ сохранение равновесия
☐ исходное положение

4. Задание

Легкоатлетическими снарядами, обладающими ярко выраженными аэродинамическими свойствами, являются ...

☐ диск
☐ копьё
☐ граната
☐ молот
☐ ядро

5. Задание

Установите последовательность выполнения элементов техники толкания ядра

1: скачкообразный разбег
2: замах
3: исходное положение
4: группировка
5: держание снаряда
6: финальное усилие
7: торможение
8: двухопорное положение

6. Задание

Первым спортсменом, применившим в 1976 году технику толкания ядра с поворотом был ...

☐ А. Барышников
☐ У. Тиммерман
☐ Д. Лонг
☐ П. О-Брайен
☐ Ч. Фонвилл

7. Задание

Угол образованный вектором начальной скорости снаряда и линией горизонта есть угол ...

☐ вылета снаряда
☐ местности
☐ атаки
☐ траектории

8. Задание

Расставьте факторы, присущие всем легкоатлетическим метаниям в соответствии с их формулировками

угол вылета	угол, образованный вектором начальной скорости снаряда и линией горизонта
высота выпуска снаряда	расстояние по вертикали от точки отрыва снаряда от руки до поверхности сектора
угол местности	угол, образованный линией, соединяющей точку выпуска снаряда с местом приземления снаряда и горизонтом
начальная скорость вылета снаряда	скорость, которой обладает снаряд в момент отрыва от руки метателя

9. Задание

Отметьте правильный ответ

Наиболее сложной, с позиций управления движениями, частью легкоатлетических метаний является ...

☐ разбег
☐ торможение
☐ финальное усилие
☐ держание снаряда
☐ исходное положение

«Теория и методика легкой атлетики»:

✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта, продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).

✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объёме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Продемонстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения

✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;

✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объёме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов

за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса

8.1. Основная литература:

1. Врублевский, Е. П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах): учебное пособие / Е. П. Врублевский . - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Спорт, 2016. - 240 с. - ISBN 978-5-9907240-3-7. - URL: https://znanium.com /catalog/product/914085 (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

2. Забелина, Л. Г. Легкая атлетика /Л. Г. Забелина, Е. Е. Нечунаева. - Новосибирск: НГТУ, 2010. - 58 с.- ISBN 978-5-7782-1448-4. - URL: https://znanium.com/catalog/product/549320 (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

3. Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: учебное пособие / Ш. З. Хуббиев, С. М. Лукина, Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская. - Санкт-Петербург: СПбГУ, 2018. - 272 с. - ISBN 978-5-288-05785-4. - URL: https://znanium.com/catalog /product/1000483 (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный

8.2. Дополнительная литература:

1. Джалилов, А. А. Теория и методика обучения базовым видам спорта (на примере легкой атлетики): учебно-методическое пособие / А. А. Джалилов, Н. Н. Назаренко. - Тольятти: ТГУ, 2016. - 155 с. - ISBN 978-5-8259-0968-4. - URL: https://e.lanbook.com/book/140119 (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

2. Сидорова, Е. Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики: учебное пособие /Е. Н. Сидорова, О. О. Николаева; Сибирский государственный университет. - Красноярск: СФУ, 2016. - 148 с. - ISBN 978- 5-7638-3400-0. - URL: https://znanium.com/catalog/product/967799 (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный..

3. Холостова, Е. И. Безопасность жизнедеятельности / Е. И. Холостова , О. Г. Прохорова . - Москва :Дашков и К, 2017. - 456 с. - ISBN 978-5-394-02026-1. - URL: https://znanium.com/catalog/product/415043 (дата обращения: 10.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом

Контрольная работа/ индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

10.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

http://kchgu.ru - адрес официального сайта университета
https://do.kchgu.ru - электронная информационно-образовательная среда КЧГУ

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 238 от 23.04.2024 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 12.05.2026г. до 11.05.2026г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 36 от 19.01.2024 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2026г. до 11.02.2026г
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Электронный ресурс Polpred.comОбзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

При необходимости для проведения занятий используется аудитория, оборудованная компьютером с доступом к сети Интернет с установленным на нем необходимым программным обеспечением и браузером, проектор (интерактивная доска) для демонстрации презентаций и мультимедийного материала.

В соответствии с содержанием практических (лабораторных) занятий при их проведении используется аудитория, рабочие места обучающихся в которой оснащены компьютерной техникой, имеют широкополосный доступ в сеть Интернет и программное обеспечение, соответствующее решаемым задачам.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду. Университета.

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

1. ABBY FineReader (лицензия №FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
2. Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
3. GNU Image Manipulation Program (GIMP) (лицензия: №GNU GPLv3), бессрочная.
4. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
5. Kaspersky Endpoint Security (лицензия №280E2102100934034202061), с 03.03.2021 по 04.03.2023 г.
6. Kaspersky Endpoint Security (OE26-190214-143423-910-82), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.
7. Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 1CI2-230131-040105-990-2679), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.
8. Microsoft Office (лицензия №60127446), бессрочная.
9. Microsoft Windows (лицензия №60290784), бессрочная.

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Современные профессиональные базы данных

1. Федеральный портал «Российское образование»- https://edu.ru/documents/
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru/
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.

Информационные справочные системы

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - http://fgosvo.ru.
2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – http://edu.ru.
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – http://window/edu.ru.
5. Информационная система «Информио».

11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

В группах, в состав которых входят студенты с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий создается гибкая, вариативная организационно-методическая система обучения, адекватная образовательным потребностям данной категории обучающихся, которая позволяет не только обеспечить преемственность систем общего (инклюзивного) и высшего образования, но и будет способствовать формированию у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, ускорит темпы профессионального становления, а также будет способствовать их социальной адаптации.

В процессе преподавания учебной дисциплины создается на каждом занятии толерантная социокультурная среда, необходимая для формирования у всех обучающихся гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности к полноценному общению, сотрудничеству, способности толерантно воспринимать социальные, личностные и культурные различия, в том числе и характерные для обучающихся с ОВЗ.

Посредством совместной, индивидуальной и групповой работы формируется у всех обучающихся активная жизненная позиции и развитие способности жить в мире разных людей и идей, а также обеспечивается соблюдение обучающимися их прав и свобод и признание права другого человека, в том числе и обучающихся с ОВЗ на такие же права.

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе учебных занятий используются технологии, направленные на диагностику уровня и темпов профессионального становления обучающихся с ОВЗ, а также технологии мониторинга степени успешности формирования у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО при изучении данной учебной дисциплины, используя с этой целью специальные оценочные материалы и формы проведения промежуточной и итоговой аттестации, специальные технические средства, предоставляя обучающимся с ОВЗ дополнительное время для подготовки ответов, привлекая тьютеров).

Материально-техническая база для реализации программы:

1.Мультимедийные средства:

- интерактивные доски «Smart Boarfd», «Toshiba»;
- экраны проекционные на штативе 280*120;
- мультимедиа-проекторы Epson, Benq, Mitsubishi, Aser;

2.Презентационное оборудование:

- радиосистемы AKG, Shure, Quik;
- видеокомплекты Microsoft, Logitech;
- микрофоны беспроводные;
- класс компьютерный мультимедийный на 21 мест;
- ноутбуки Aser, Toshiba, Asus, HP;

Наличие компьютерной техники и специального программного обеспечения: имеются рабочие места, оборудованные рельефно-точечными клавиатурами (шрифт Брайля), программное обеспечение NVDA с функцией синтезатора речи, видеоувеличителем, клавиатурой для лиц с ДЦП, роллером Распределение специализированного оборудования.

12. Лист регистрации изменений

Изменение	Дата и номер ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения