

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины  
**«Легкоатлетическое многоборье»**  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация: бакалавр

### 1.Целью изучения дисциплины является:

теоретическое и практическое освоение обучающимися основных разделов легкой атлетики (многоборье), необходимых для решения профессиональных задач.

**Для достижения цели ставятся задачи:**

1. Изучить необходимый понятийный аппарат дисциплины;
2. Овладеть теоретическими знаниями в объеме программы;
3. Овладеть рациональной техникой выполнения легкоатлетических упражнений, подводящих и вспомогательных упражнений, включенных в учебную программу;
4. Овладеть практическими навыками проведения специальных и легкоатлетических упражнений, кроссовой подготовкой с группой товарищей;
5. Овладеть терминологией и технологией ее использования в ходе проведения фрагментов занятия; формировать у студентов умения и навыки систематической, самостоятельной работы с теоретическим и практическим материалом, в том числе с использованием информационных технологий.

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Легкая атлетика» (Б1.О.17.02) относится к обязательной части Б1 учебного плана и изучается на 1-2 курсах во 2-3 семестрах.

#### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

|        |            |
|--------|------------|
| Индекс | Б1.О.17.02 |
|--------|------------|

#### Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Для успешного освоения дисциплины бакалавр должен иметь базовую подготовку по предметам «Физическая культура», «Анатомия человека», «Безопасность жизнедеятельности» на уровне программы средней школы

#### Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Изучение дисциплины «Легкоатлетическое многоборье» необходимо для успешного прохождения соответствующих практик, предусмотренных учебным планом 49.03.01. «Физическая культура, направленность (профиль) « Спортивная тренировка в избранном виде спорта», формирования компетенций ОПК-1, ОПК-4, ОПК-13, ОПК-14, ПК-1, ПК-4

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю),

соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

| Код компетенций | Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ПООП/ООП | Индикаторы достижения компетенций | Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами |
|-----------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
|-----------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|

|              |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ОПК-1</b> | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | ОПК-Б-1.1. Анализирует уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических, психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу<br>ОПК-Б-1.2. Дозирует нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки<br>ОПК-Б-1.3. Составляет комплексы упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся. | <b>Знать:</b> теоретические и методические основы планирования в физическом воспитании и в спортивной подготовке занимающихся многоборьем; технологию организации и проведения внеклассной физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного и школьного возраста; социальную сущность, структуру и функции физической культуры: цели, задачи, как основные компоненты педагогического процесса<br><b>Уметь:</b> осуществлять спортивную подготовку на основе имеющихся программ и учебных планов; использовать накопленные в области физической культуры ценности для формирования навыков в организации и проведении занятий с детьми дошкольного и школьного возраста и пола<br><b>Владеть:</b> навыками обучения двигательным действиям и навыками развития физических качеств в процессе занятий многоборьем; навыками формирования ЗОЖ при проведении занятий физической культурой с детьми различного возраста и пола; навыками профилактики и контроля состояния здоровья занимающихся регулярными занятиями физической культурой |
| <b>ОПК-4</b> | Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта                                                                                 | ОПК-Б-4.1. Объясняет терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта<br>ОПК-Б-4.2. Применяет методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач<br>ОПК-4.3. Осуществляет тренировочный процесс по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки                                                                                                            | <b>Знать:</b> терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в легкоатлетическом многоборье<br><b>Уметь:</b> применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкоатлетическому многоборью в зависимости от поставленных задач<br><b>Владеть:</b> навыками осуществления тренировочного процесса по легкоатлетическому многоборью с соблюдением принципов спортивной тренировки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|               |                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ОПК-13</b> | Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта                  | ОПК-Б-13.1. Разрабатывает методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий в соответствии с требованиями Федеральных стандартов спортивной подготовки, правил соревнований по избранному виду спорта, норм, требований для присвоения спортивных разрядов<br>ОПК-Б-13.2. Определяет справедливость судейства, применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе<br>ОПК-Б-13.3. Участвует в судействе спортивных соревнований по избранному виду спорта, спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия | <b>Знать:</b> методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий в соответствии с требованиями Федеральных стандартов спортивной подготовки, правил соревнований по легкоатлетическому многоборью, норм, требований для присвоения спортивных разрядов<br><b>Уметь:</b> определять справедливость судейства, применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе<br><b>Владеть:</b> навыками участия в судействе спортивных соревнований по легкоатлетическому многоборью, спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия                |
| <b>ОПК-14</b> | Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов | ОПК-Б-14.1. Разрабатывает учебно-программную документацию по тренировочному и образовательному процессу по физической культуре и спорту<br>ОПК-Б-14.2. Анализирует и обобщает информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта<br>ОПК-Б-14.3. Проводит анализ эффективности учебного и тренировочного занятия                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Знать:</b> учебно-программную документацию по тренировочному и образовательному процессу по физической культуре и спорту<br><b>Уметь:</b> анализировать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта<br><b>Владеть:</b> навыками анализа эффективности учебного и тренировочного занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>ПК-1</b>   | Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы.          | ПК.Б-1.1. Проводит анализ требований федеральных государственных образовательных стандартов Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 г. № 544н<br>ПК.Б-1.2. Разрабатывает структуру учебной программы по дисциплине<br>ПК.Б-1.3. Планирует учебные занятия и                                                                                                                     | <b>Знать:</b> требования федерального государственного образовательного стандарта Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 г. № 544н<br><b>Уметь:</b> разрабатывать структуру учебной программы по дисциплине, планировать занятия и самостоятельную работу учащихся, выстраивать индивидуальные образовательные маршруты по дисциплине<br><b>Владеть:</b> навыками реализации программы учебной дисциплины по |

|             |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             |                                                                                                                                                              | самостоятельную работу учащихся<br>ПК.Б-1.4. Выстраивает индивидуальные образовательные маршруты по дисциплине<br>ПКБ-1.5. Реализует программы учебных дисциплин и оценивает результаты собственной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | легкой атлетике, по физической культуре и оценки результатов собственной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>ПК-4</b> | Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на разных этапах спортивной подготовки | ПК.Б.-4.1. Правильно и научно обоснованно дозирует объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки<br>ПК.Б.-4.2. Осуществляет процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования<br>ПК.Б.-4.3. Составляет планы для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса<br>ПК.Б.-4.4. Обеспечивает участие спортсменов на соревнованиях соответственно их опыту и уровню квалификации | <b>Знать:</b> как правильно и научно обоснованно дозировать объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки<br><b>Уметь:</b> осуществлять процесс планирования тренировочного процесса по легкоатлетическому многоборью способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования<br><b>Владеть:</b> навыками планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса по легкоатлетическому многоборью; обеспечения участия спортсменов на соревнованиях соответственно их опыту и уровню квалификации; составления планов для разных этапов соревнований по легкоатлетическому многоборью, составления планов для разных этапов соревнований по легкоатлетическому многоборью |

**4. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):** 3 ЗЕТ, 108 академических часов.

**5. Форма промежуточного контроля:** зачет

**6. Разработчик:** Кубеков Э. А., канд. пед. наук, доцент кафедры спортивных дисциплин