

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
АСТРАХАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП

_____ О.В.Морозова

«28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой Теория и методика
физической культуры

_____ Н.В.Ермолина

«28» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ(МОДУЛЯ)

Легкая атлетика с методикой обучения

Составитель(-и)	Морозова О.В., к.п.н., доцент
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование(с двумя профилями обучения)
Направленность (профиль) ОПОП	Физическая культура .Дополнительное образование(спортивная подготовка)
Квалификация (степень)	бакалавр
Форма обучения	Очно-заочное
Год приема	2022
Курс	2
Семестры	4-5

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1. Целью освоения дисциплины (модуля) «Легкая атлетика с методикой обучения» является формирование систематизированных знаний в области теории и методики легкой атлетики, умений самостоятельно в практической деятельности использовать разнообразные средства легкой атлетики в процессе физического воспитания.

1.2. Задачи освоения дисциплины (модуля):

- изучить классификацию и технику видов легкой атлетики, правила соревнований по легкой атлетике
- формирование умений организации соревнований по легкоатлетической атлетике
- овладеть методикой обучения легкоатлетическим упражнениям
- сформировать у студентов широкое профессиональное мировоззрение и интерес к проблемам физической культуры, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Учебная дисциплина (модуль) «Легкая атлетика с методикой обучения» относится к обязательной части ОПОП и осваивается в 4-5 семестрах.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы следующие знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности, формируемые предшествующими учебными дисциплинами: физическая культура, анатомия человека, история физической культуры. физическое воспитание в образовательных учреждениях

Знания:

- теоретические основы строения и развития человека;
- специфику влияния на анатомические структуры тела систематических занятий физической культурой и спортом
- историю физической культуры и основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры

Умения:

- использовать полученные знания в области анатомии человека, истории физической культуры, базовых видов спорта в профессиональной деятельности;
- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для воспитания патриотизма и любви к отечеству, стремления к здоровому образу жизни;
- правильно задавать вопросы, отвечать на них, участвовать в дискуссии

Навыки:

- определения типа телосложения, анатомического анализа положений и движений тела; оценки морфологических показателей физического развития;
- ориентирования в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т. д.), совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды.

2.3. Последующие учебные дисциплины для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной: "Теория и методика физического воспитания", "Теория и методика спорта", " Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО в системе физического воспитания", учебной и производственной практики.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки (специальности):

б) общепрофессиональных (ОПК): ОПК-2

в) профессиональных (ПК): ПК-1

Таблица 1. Декомпозиция результатов обучения

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)		
	Знать(1)	Уметь(2)	Владеть(3)
ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием ИКТ)	<i>ИОПК-1.1.1</i> Демонстрирует знание истории и роли легкой атлетики как основного компонента образовательных программ по физической культуре <i>ИОПК-1.1.2</i> методику обучения легкоатлетическим упражнениям и совершенствования физических качеств обучающихся	<i>ИОПК-1.2.1</i> использовать средства легкой атлетики для обучения обучающихся <i>ИОПК-1.2.2</i> использовать современные методики обучения занимающихся и развития физических качеств в процессе занятий легкой атлетикой	<i>ИОПК-1.3.1</i> Знаниями и умением использовать легкоатлетические упражнения для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебном процессе <i>ИОПК-1.3.2</i> Рациональным использованием средств методов и методических приемов для разработки конспекта урока по легкой атлетике
ПК-1. Способен формировать планируемые предметные результаты освоения основных и дополнительных образовательных программ в области физической культуры на основе современных образовательных технологий	<i>ИПК-1.1.1</i> Современные образовательные технологии, особенности и объёмы физической нагрузки <i>ИПК-1.1.2</i> Правила соревнований по легкой атлетике.	<i>ИПК-1.2.1</i> уметь планировать занятие, распределять учебный материал во времени, отбирать источники и подготавливать методические материалы для их освоения. <i>ИПК-1.2.2</i> Составлять положения о соревнованиях по легкой атлетике	<i>ИПК-1.3.1</i> Владеть методами оценки и определения физической подготовленности, Навыками разработки учебно-методических материалов <i>ИПК-1.3.2</i> Навыками судейства соревнований по легкой атлетике

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Объем дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единицы (216ч)**, в том числе 33 часа на контактную работу обучающихся с преподавателем (из них 15 лекций и 18 практических занятий; и 183 часа на самостоятельную работу.

Таблица 2-. Структура и содержание дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование радела (темы)	Семестр	Контактная работа (в часах)			Самостоят. работа		Формы текущего контроля успеваемости Форма промежуточной аттестации <i>(по семестрам)</i>
			Л	ПЗ	ЛР	КР	СР	
1	Раздел 1 Основы техники видов легкой атлетики	4		8			45	Реферат, рабочая тетрадь Тесты
2	Раздел 2 Методика обучения видов легкой атлетики	4		10			45	Контрольная работа, Рабочая тетрадь Демонстрация техники на практическом занятии
								зачет
3	Раздел 3 Организация и методика проведения урока по легкой атлетике	5	7				46	Доклад, кейс-задача
4	Раздел 4 Правила и организация соревнований по легкой атлетики	5	8				47	Устный опрос, тест Положение о соревнованиях
ИТОГО			15	18			183	экзамен

Условные обозначения:

Л – занятия лекционного типа; ПЗ – практические занятия, ЛР – лабораторные работы; КР – курсовая работа; СР – самостоятельная работа по отдельным темам

Таблица 3- Матрица соотнесения тем/разделов учебной дисциплины/модуля и формируемых в них компетенций

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Кол-во часов	Код компетенции		общее количество компетенций
		ОПК-2	ПК-1	
Раздел 1 Основы техники видов легкой атлетики	53	+	+	2
Раздел 2 Методика обучения видов легкой	65	+	+	2

атлетики				
Раздел 3 Организация и методика проведения урока по легкой атлетике	53	+	+	2
Раздел 4 Правила и организация соревнований по легкой атлетики	65	+	+	2

Краткое содержание каждой темы дисциплины (модуля)

Раздел 1 Основы техники видов легкой атлетики

История и виды легкой атлетики. Классификация видов легкой атлетики. Основы техники ходьбы и бега: структура движений в ходьбе и беге (цикличность, периоды, фазы, моменты). Основы техники прыжков. Основы техники метаний: виды метаний и их эволюция. Факторы, определяющие дальность полета снаряда (начальная скорость вылета, угол вылета, аэродинамические свойства, высота выпуска снаряда).

Раздел 2. Методика обучения видов легкой атлетики

Методика обучения спортивной ходьбе и бегу. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Последовательность изучения легкоатлетических видов. Методика обучения прыжкам. Типовая схема обучения технике легкоатлетических прыжков: этапы, задачи, средства и методы их решения. Методика обучения метаниям. Подводящие и специальные упражнения при обучении метаниям. Определение ошибок и их устранение. Типовая схема обучения технике легкоатлетических метаний: этапы, задачи, средства и методы их решения.

Раздел 3. Организация и методика проведения урока по легкой атлетике

Методы обучения. Наглядные пособия. Особенности использования показа и объяснения на занятиях с детьми разного возраста. Роль физической подготовленности в освоении техники легкоатлетических упражнений. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Легкая атлетика в общеобразовательных учреждениях. Воспитание физических качеств средствами легкой атлетики.. Рекреация с использованием легкоатлетических упражнений.

Раздел 4.Правила и организация соревнований по легкой атлетики

Правила и документация в организации соревнований по легкой атлетике. Обязанности главной судейской коллегии. Работа судейской коллегии на соревнованиях (беговая бригада, бригады для проведения прыжков и метаний, информационная служба, вспомогательные бригады – бригада по стилю, метеорологическая бригада и т. п.).Места проведения занятий и соревнований по легкой атлетике. Оборудование и инвентарь. Правила соревнований по бегу, прыжкам, метаниям. Общие и частные правила соревнований в спортивной ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Особенности правил соревнований в многоборьях.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине

При формировании учебного материала рекомендуется применять существующие интерактивные материалы или курсы по предмету, а в случае их отсутствия – создать

учебные материалы самостоятельно, используя мультимедийное представление учебной информации.

При подготовке к дистанционным занятиям, преподавателю рекомендуется составить план всего курса, соблюдая принцип ответов на вопросы:

- какие результаты должны быть достигнуты обучающимися?
- как организовать педагогическое сопровождение усвоения материала?
- какие методы контроля достижения результатов будут применены?

У студентов должна быть точка входа, через которую они получают доступ к учебным материалам: использование виртуальной обучающей среды (LMS Moodle «Электронное образование»)

При подготовке к семинарскому занятию составляется план семинара, который разрабатывает преподаватель. Для обсуждения на семинар выносятся наиболее сложные учебные вопросы темы. Не рекомендуется выносить на семинар большое количество вопросов. На 2-х часовой семинар, целесообразно выносить 3-4 вопроса. На подготовку семинара обучаемым предоставляется 3-7 дней.

В отличие от обучаемых, преподаватель должен изучить более широкий перечень литературы по теме. Особенность работы преподавателя с литературой состоит в том, что он ее изучает не только с целью познания, но и для того, чтобы определить, как можно полезнее использовать важную и наиболее ценную информацию в интересах полного и глубокого осознания и прочного усвоения обучаемыми, выносимых на обсуждение вопросов и проблем, обеспечить реализацию поставленных перед занятием учебных целей.

При этом преподаватель всегда выделяет важные детали вопросов, которые могут быть не замечены обучаемыми, но имеющие важное значение для углубления их знаний и для практической деятельности. Преподаватель должен продумать и наметить дополнительные (наводящие) вопросы, стимулируя этим активность обучаемых и глубокое всестороннее изучение вопросов. Следует предусмотреть вероятность альтернативных ответов и подготовиться к их анализу и сравнению, выявлению положительных сторон и недостатков.

Затем следует продумать методику проведения семинара, каждый обучаемый должен принять активное участие в семинаре. Сначала продумать вступительное слово, затем методику обсуждения каждого вопроса.

Необходимо продумать также структуру ожидаемого ответа. К подведению итогов семинара преподаватель готовится в процессе занятия. Необходимо определить систему критериев и показателей, пользуясь которыми преподаватель мог бы более или менее объективно проанализировать и оценить ответ каждого обучаемого, сравнить ответы студентов между собой, оценить их качество по форме и содержанию и подвести обоснованные итоги подготовки обучаемых и степень достижения целей.

5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю)

Методические указания к подготовке доклада

В ходе научного доклада необходимо показать, насколько хорошо автор знаком с фундаментальными трудами по избранной теме, продемонстрировать владение методологией исследования, показать, что результат исследования есть результат широкого обобщения, а не подтасовка случайных фактов.

Готовясь к докладу или реферативному сообщению, необходимо составить план-конспект своего выступления, продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью.

В ходе подготовки к семинарам необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой. Можно дополнить список литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д.

Поскольку доклад – это устное выступление, он отличается от письменных работ, поэтому нужно соблюдать определенные правила:

- необходимо четко соблюдать регламент;
- доклад должен хорошо восприниматься на слух;
- необходимо постоянно поддерживать контакт с аудиторией.

Методические рекомендации по составлению конспекта урока.

Конспект является документом планирования педагогического процесса по физическому воспитанию на каждое занятие (урок). Это самый детализированный план занятия, необходимый для оперативного управления учебно-воспитательным процессом.

Необходимо учитывать сложность освоения нового материала, состав занимающихся, уровень подготовленности, условия мест занятий.

Намечается план предстоящего урока: задачи, основные виды упражнений, порядок организации. После разрабатывается подробный конспект урока.

Работа над конспектом начинается с определения и формулировки задач урока. На каждый урок ставится три задачи: образовательная, оздоровительная и воспитательная. Задачи должны быть конкретными и реальными, т.е. точно определять все, что намечено достигнуть, и может быть достигнуто именно на данном уроке.

Образовательные задачи вооружают учащихся знаниями по физической культуре, умениями и навыками выполнять физические упражнения. Приняты следующие правила постановки и формулировки задач:

При разучивании двигательного действия – «Разучить технику выполнения...»

При закреплении двигательного действия – «Закрепить технику выполнения...»

При совершенствовании двигательного действия – «Совершенствовать технику выполнения...»

При контроле – «Оценить или принять на оценку... (учебный норматив...)»

Образовательные задачи должны отвечать на вопрос «Что сделать?», потому что эти задачи должны быть решены на этом уроке.

Оздоровительные задачи направлены на укрепление здоровья физическими упражнениями, на формирование правильной осанки, на развитие двигательных качеств. Так как на одном уроке невозможно сформировать осанку или воспитать двигательное качество, то для этого требуется система уроков. Поэтому оздоровительные задачи должны отвечать на вопрос «Что делать?». Формулирование оздоровительных задач осуществляется следующим образом: «формировать правильную осанку, добиваясь свободного ненапряженного положения туловища во время бега и ходьбы», «развивать общую выносливость, используя кроссовый бег» и т.д.

При решении задач воспитания физических качеств рекомендуются формулировки с краткой терминологической записью, например: «Воспитывать быстроту движений в беге на короткие дистанции», «Воспитывать скоростно-силовые качества при выполнении прыжка в длину с разбега» и т.д. Как видно из примеров, первое слово формулировки задачи – это «воспитывать», далее указывается конкретное физическое качество и затем обязательно то упражнение, с помощью которого решается данная задача.

Воспитательные задачи обеспечивают положительное влияние занятий физическими упражнениями на воспитание свойств и качеств личности учащихся. При решении задач воспитания личности формулировки конкретизируются в соответствии с возрастными особенностями занимающихся и спецификой содержания учебного материала, например: «Воспитывать чувство выдержки в беге на дистанции 2 км.» и т.д.

Воспитательные задачи, так же как и оздоровительные должны отвечать на вопрос «Что делать?».

При разработке содержания урока физической культурой необходимо:

- 1) определить средства и методы решения каждой из задач урока;

- 2) уточнить необходимый инвентарь для урока;
- 3) разработать методы организации деятельности занимающихся при решении каждой из задач;
- 4) определить критерии оценки деятельности учащихся на уроке.

Первоначально при составлении плана-конспекта определяется содержание основной части урока, а затем в соответствии с ним материал подготовительной и заключительной частей.

1. В первой графе конспекта **«Часть урока»** указываются части урока и их продолжительность (в минутах).

2. В графе **«Содержание урока»** подробно записываются все упражнения и задания, а так же содержание теоретических сведений в той последовательности, в которой предполагается их проведение на уроке.

Все упражнения и задания должны быть записаны достаточно плотно с указанием исходного положения и перечнем составляющих их действий. При этом необходимо строго соблюдать терминологию, принятую в соответствующих видах спорта.

В том случае, если урок проводится групповым методом, в конспекте записывается содержание упражнений для каждого отделения и указывается порядок смены видов упражнений. Там, где необходимо, отдельно записываются упражнения для мальчиков и девочек.

Если урок – по типу изучения нового материала, то в графе «Содержание» записывается объяснение техники выполнения нового упражнения.

3. В графе **«Дозировка нагрузки»** указывается количество повторений упражнений, затраты времени на выполнение упражнения (в минутах), величина преодолеваемого расстояния и т.д.

4. В графе **«Организационно-методические указания»** указываются способы организации занимающихся, методы выполнения упражнений, требования к их выполнению, а так же делаются записи типа: «сообщить об ошибках», «обеспечить страховку», «напомнить правила игры» и т.п.

Таблица 4-Содержание самостоятельной работы обучающихся

Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Кол-во часов	Формы работы
Раздел 1 Основы техники видов легкой атлетики История развития становления и развития легкой атлетики как вида спорта. Особенности техники бега на различные дистанции. Заполнить в рабочей тетради таблицы по технике легкоатлетических видов.	45	Реферат Рабочая тетрадь
Раздел 2 Методика обучения видов легкой атлетики Последовательность задач обучения технике бега на различные дистанции. Подбор упражнений для решения задач обучения, составление комплексов упражнений для обучения прыжкам.	45	Рабочая тетрадь Контрольная работа
Раздел 3 Организация и методика проведения урока по легкой атлетике Влияние легкоатлетических упражнений на организм человека. Методика подготовки в беге, требующим скоростной выносливости. Составление комплекса	46	Доклад Кейс-задача

упражнений на развитие определенного качества средствами легкой атлетики (по заданию преподавателя)		
Раздел 4 Правила и организация соревнований по легкой атлетики Документация в организации соревнований по легкой атлетики. Написать положение о соревновании по легкой атлетике Организация, подготовка документации, оборудования и инвентаря. Судейская коллегия в соревнованиях по легкой атлетике. Технологии судейства: определение победителей. Перечень нарушений правил соревнования в беге, прыжках, метаниях.	47	Написать положение о соревновании по легкой атлетике собеседование Тест

5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно.

Одним из средств организации самостоятельной деятельности является рабочая тетрадь, в которой студент фиксирует выполнение практических заданий преподавателя: таблицы с техническими характеристиками видов легкой атлетики, методику обучения, конспекты частей уроков, комплексы упражнений и т.д. Ведение рабочей тетради предусмотрено как в печатном виде, так и в рукописном виде.

Требования по оформлению письменных работ в виде рефератов можно посмотреть на сайте АГУ.

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

6.1. Образовательные технологии

В ходе освоения дисциплины применяются следующие технологии, развивающие у студентов навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерские качества: моделирование ситуации общения, педагогика сотрудничества, технология peer education/ равный обучает равного; кейс-задачи, ситуационные методы.

Таблица 5 – Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Форма учебного занятия		
	Лекция	Практическое занятие, семинар	Лабораторная работа
Раздел 1 Основы техники видов легкой атлетики	<i>Лекции</i> В формате ДОТ с использованием виртуальной обучающей среды (LMS Moodle «Электронное образование»)	<i>Выполнение реферативной работы, выполнение практических заданий,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Раздел 2 Методика обучения видов легкой атлетики		<i>выполнение практических заданий, демонстрация техники</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Раздел 3		<i>Тематические</i>	<i>Не</i>

Организация и методика проведения урока по легкой атлетике		дискуссии, выполнение практических заданий,	предусмотрено
Раздел 4 Правила и организация соревнований по легкой атлетике		Фронтальный опрос, выполнение практических заданий,	Не предусмотрено

6.2. Информационные технологии

- использование электронных учебников электронных библиотечных систем, доступ к которым предоставляется университетом;
- использование как источников информации сайтов, находящихся в Интернете в открытом доступе (электронные библиотеки, журналы, книги, психологические тесты);
- использование возможностей корпоративной электронной почты (рассылка заданий, материалов, ответы на вопросы);
- использование виртуальной обучающей среды (LMS Moodle «Электронное образование») или иных информационных систем, сервисов и мессенджеров
- использование средств представления учебной информации для проведения лекций и семинаров с использованием презентаций.

6.3. Программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

6.3.1. Программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Moodle	Образовательный портал ФГБОУ ВО «АГУ»
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер
Notepad++	Текстовый редактор
OpenOffice	Пакет офисных программ
Opera	Браузер
R	Программная среда вычислений
VLC Player	Медиапроигрыватель
WinDjView	Программа для просмотра файлов в формате DJV и DjVu
IBM SPSS Statistics 21	Программа для статистической обработки данных

6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО «ИВИС» <http://dlib.eastview.com>

2. Электронные версии периодических изданий, размещённые на сайте информационных ресурсов www.polpred.com

3. Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARKSQL НПО «Информ-систем» <https://library.asu.edu.ru/catalog/>

4. Электронный каталог «Научные журналы АГУ» <https://journal.asu.edu.ru/>

5. Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) – сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <http://mars.arbicon.ru>

6. Справочная правовая система Консультант Плюс. Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила. <http://www.consultant.ru>

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

7.1. Паспорт фонда оценочных средств.

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Легкая атлетика с методикой обучения» проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин (модулей) и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины (модуля) – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

Таблица 6- Соответствие изучаемых разделов, результатов обучения и оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины (модуля)	Код контролируемой компетенции (компетенций)	Наименование оценочного средства
1	Раздел 1	ОПК-2, ПК-1	Реферат
2	Раздел 3	ОПК-2, ПК-1	Доклад
3	Раздел 1,2	ОПК-2, ПК-1	Рабочая тетрадь
4	Раздел 3	ОПК-2, ПК-1	Кейс-задача
5	Раздел 1,4	ОПК-3, ПК-1	Тесты

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Таблица 7- Показатели оценивания результатов обучения в виде знаний

5	-дается комплексная оценка предложенной ситуации;
---	---

«отлично»	-демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
4 «хорошо»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
3 «удовлетворительно»	-затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; -неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; -выполнение заданий при подсказке преподавателя; - затруднения в формулировке выводов.
2 «неудовлетворительно»	- неправильная оценка предложенной ситуации; -отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий.

Таблица 8 – Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание по подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задания

7.3. Контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

Раздел 1 Основы техники видов легкой атлетики

1. Тематика рефератов

- 1.История развития легкой атлетики в древние времена.
- 2.История развития легкой атлетики в России.
- 3.Тенденции развития легкой атлетики на современном этапе.
- 4.Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры.
- 5.Легкая атлетика в Олимпийских играх.
- 6.Методика приема контрольных нормативов в легкой атлетике.
- 7.Уроки легкой атлетики в школе- типы и содержание.
- 8.Влияние занятий легкой атлетикой на женский организм.

9. Воспитание физических качеств легкоатлетов.
10. Организация самостоятельных занятий по легкой атлетике.
11. Влияние бега на организм человека.
12. Особенности спортивного отбора в легкую атлетику.
13. Особенности занятий легкой атлетикой с детьми и подростками.
14. Требования к местам соревнований в метаниях.
15. Состав и обязанности судейских бригад, обслуживающие беговые виды легкой атлетики.
16. Правила соревнований в легкоатлетическом многоборье.
17. Достижения российских спортсменов в разных видах легкой атлетики.
18. Легкоатлетические упражнения в рекреативной физической культуре.
19. Методы контроля за развитием спортивной формы.
20. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике в условиях школы, оздоровительного лагеря.

2. Запись в рабочей тетради (заполнить таблицу) на тему :Техника бега

Основные фазы	Задача	Характеристика, особенности для разных видов

(заполнить таблицу) на тему: Техника прыжков

Основные фазы	Задача	Характеристика, особенности для разных видов

(заполнить таблицу) на тему : Техника метаний

Основные фазы	Задача	Характеристика, особенности для разных видов

3. Тесты по легкой атлетике.

Выберите верный вариант ответа

1. Родиной современной легкой атлетики является:

- 1-Франция
- 2-Англия
- 3-Греция
- 4-Россия

2. Чем знаменателен 1912 год для российских спортсменов:

- 1-начало развития л/атлетического спорта
- 2-первая Российская Олимпиада
- 3- впервые российские спортсмены приняли участие в Олимпийских играх
- 4- впервые участвовали женщины

3. Начало развития л/атлетического спорта в России было положено в:

- 1-1912 году

2-1888году

3-1890году

4-1906году

4.Впервые советские л\атлеты приняли участие в Олимпийских играх в:

1-1948

2-1952

3-1960

4-1956

5.Цикл движений в технике спортивной ходьбы содержит:1)два периода одиночной опоры; 2)два периода двойной опоры; 3)два периода переноса маховой ноги;4) два периода полета:

1- 1,2,3

2- 1,2,4

3- 1,2

4- 1,3,4

6.Бегун на короткие дистанции называется:

1-стайер

2-спринтер

3-марафонец

4-многоборец

7.Основная фаза любого прыжка:

1-разбег

2-отталкивание

3-приземление

4-полет

8.Способы прыжка в длину с разбега:1) волна,2)ножницы,3)прогнувшись,4)согнув ноги, 5)фосбери-флоп,6)перешагивание:

1-1,2,3,

2-2,3,4

3-3,4,5

4-2,4,6

9.По структуре движений л\атлетические прыжки относятся:

1-циклическому виду

2-ациклическому виду

3-смешанному виду

10.Основные факторы определяющие результативность прыжков

1- начальной скорости вылета ОЦМ прыгуна, угла вылета

2- скорости разбега, величины мышечных усилий, угла постановки толчковой ноги

3- веса спортсмена, воздействия атмосферной среды, скорости разбега.

4-скорости разбега, воздействия атмосферной среды, величины мышечных усилий

11.Способы перехода через планку в прыжках в высоту:

1-перешагивание, прогнувшись, перекидной, фосбери–флоп

2-перекидной, перешагивание, волна, фосбери-флоп

3-прогнувшись, ножницы, перекидной, перешагивание

4-волна, прогнувшись, перекидной, фосбери-флоп

12.Главная фаза в метаниях:

1-разбег

2-финальное усилие

3-торможение после выпуска снаряда

4-полет снаряда

13.Каким снарядам соответствуют следующие способы выполнения метания:

1.Через плечо

А.Диск,молот

- 2.С боку
3.От плеча
- Б.Ядро
В.Граната,копье
- 14.Аэродинамическими свойствами обладают снаряды:1)диск,2)молот,3)копье,4)ядро:**

- 1-1,2
2-1,3
3-1,2,3
4-2,3

15.Факторы, влияющие на дальность полёта снаряда в метаниях:

- 1-вес снаряда, угол вылета и способ разбега
2-угол вылета, начальная скорость и воздействие атмосферной среды
3-начальная скорость, воздействие атмосферной среды и вес снаряда
4-угол вылета, способ разбега, начальная скорость

Раздел 2. Методика обучения видов легкой атлетики

*1.Контрольная работа по теме методика обучения легкоатлетическим видам
вариант.№1*

**1.Обучение «от усвоенного — к неусвоенному», «от простого—к сложному»,
раскрывает принцип :**

- 1-наглядности
2- индивидуализации
3- систематичности
4- последовательности

**2.Какой принцип напрямую связан с применением физических нагрузок в процессе
обучения и усложнением техники выполняемых двигательных действий:**

- 1-систематичности
2- постепенности
3-последовательности
4-индивидуализации

3.С чего начинается обучение технике двигательного действия

- 1- с обучения технике основного звена упражнения
2- с первой фазы технического элемента
3-с создания представления о рациональной технике
4- с выполнения основного упражнения в затрудненных условиях

4.Спринт – это...?

- 1- судья на старте
2- бег на длинные дистанции
3- бег на короткие дистанции
4- метание мяча

5.Сколько этапов эстафеты имеет право бежать каждый участник эстафетного бега?

- 1- только один
2- не больше трех
3- не больше двух
4- не имеет значения

6.Какой из перечисленных терминов не относится к разновидностям низкого старта?

- 1- обычный
2- растянутый
3- сближенный
4- отталкивающийся

7.Специальная разминка бегуна перед соревнованиями включает в себя...

- 1-упражнения с отягощениями;
2-повторное пробегание коротких отрезков

3-большое количество общеразвивающих упражнений

8.При выходе бегуна с низкого старта ошибкой является.....

- 1- сильное выталкивание ногами
- 2- разноименная работа рук;
- 3- быстрое выпрямление туловища

9.В беге на длинные дистанции в лёгкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является...

- 1- быстрота
- 2- выносливость
- 3- сила
- 4- ловкость

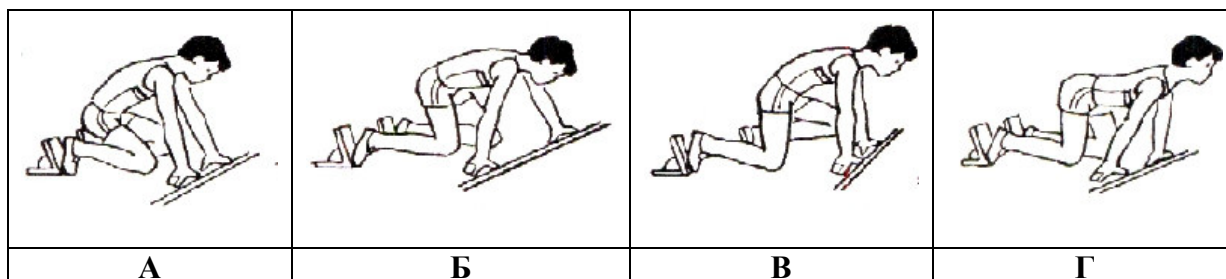
10.К чему приводит прямое положение туловища при беге (или его наклон назад)?

- 1- узкой постановке ступней;
- 2- незаконченному толчку ногой;
- 3- свободной работе рук;
- 4- снижению скорости бега.

11.Какое из данных утверждений НЕ относится к правилам техники безопасности при занятиях легкой атлетикой и является неверным?

- 1- При плохом самочувствии необходимо прекратить занятия и сообщить об этом учителю.
- 2- Снаряд для метания необходимо передавать друг другу броском.
- 3- Во избежание столкновений при беге исключить резко стопорящую остановку.
- 4- После занятий снять спортивный костюм и спортивную обувь, принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

12.Укажите правильное положение низкого старта и ошибки, изображенные на других картинках :



13.Установите соответствие между методами обучения технике двигательного действия и его применением:

А. Целостный метод	1	применяется при обучении простых действий
	2	применяется при обучении технически сложных действий
	3	изучение двигательного действия по частям
	4	изучение всего действия целиком
Б.Расчлененный метод	5	наиболее распространен и применяется на начальном этапе обучения

14.Заполните таблицу:

<i>Методы непосредственного обучения</i>	
<i>Методы</i>	<i>Примеры использования</i>

Словесный метод	
Метод непосредственной помощи	

вариант №2

1. Принцип наглядности предполагает:

- 1- понимание значения каждого элемента движения
- 2- создание определенного образа действия
- 3- повторность выполнения двигательных действий
- 4- осмысленность изучаемого материала

2. Обучение «от усвоенного — к неусвоенному», «от простого—к сложному», раскрывает принцип :

- 1-наглядности
- 2- индивидуализации
- 3- систематичности
- 4- последовательности

3. С чего начинается обучение технике двигательного действия

- 1- с обучения технике основного звена упражнения
- 2- с первой фазы технического элемента
- 3- с создания представления о рациональной технике
- 4- с выполнения основного упражнения в затрудненных условиях

4. Что такое фальстарт?

- 1- толчок соперника в спину
- 2- преждевременный старт
- 3- резкий старт
- 4- задержка старта

5. Кто во время эстафетного бега должен поднять эстафетную палочку, если она упала в момент передачи?

- 1- передающий
- 2- главный тренер команды
- 3- принимающий
- 4- упавшую эстафетную палочку поднимать нельзя

6. Какой из перечисленных терминов не относится к разновидностям низкого старта?

- 1- обычный
- 2- растянутый
- 3- сближенный
- 4- отталкивающийся

7. Специальная разминка бегуна перед соревнованиями включает в себя...

- 1- упражнения с отягощениями;
- 2- повторное пробегание коротких отрезков
- 3- большое количество общеразвивающих упражнений

8. С чего начинается бег на средние и длинные дистанции ?

- 1- с низкого старта;
- 2- с хода;
- 3- с высокого старта;
- 4- с опорой на одну руку

9. Как влияет на бег чрезмерный наклон туловища бегуна вперед?

- 1- сокращает длину бегового шага;
- 2- способствует выносу бедра вперед-вверх;
- 3- увеличивает скорость бега;

4- помогает скоординировать движения.

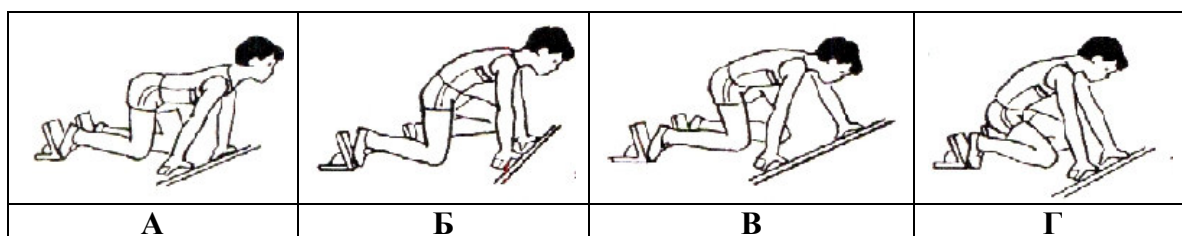
10. Установите правильную последовательность при обучении технике бега на короткие дистанции:

- 1- бег по прямой
- 2- финиширование
- 3- старт и стартовый разгон
- 4- бег по виражу
- 5- обучение технике в целом

11. Какое из данных утверждений НЕ относится к правилам техники безопасности при занятиях легкой атлетикой и является неверным?

- 1- При плохом самочувствии необходимо прекратить занятия и сообщить об этом учителю.
- 2- Снаряд для метания необходимо передавать друг другу броском.
- 3- Во избежание столкновений при беге исключить резко стопорящую остановку.
- 4- После занятий снять спортивный костюм и спортивную обувь, принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

12. Укажите правильное положение низкого старта и ошибки, изображенные на других картинках :



13. Установите соответствие между методами обучения технике двигательного действия и его применением:

А. Целостный метод	1	применяется при обучении простым действиям
	2	применяется при обучении технически сложных действий
	3	изучение двигательного действия по частям
	4	изучение всего действия целиком
Б. Расчлененный метод	5	наиболее распространен и применяется на начальном этапе обучения

14. Заполните таблицу:

Методы непосредственного обучения

Методы	Примеры использования
Наглядный метод	
Метод физического упражнения	

2. Запись в рабочей тетради

Заполните таблицу: Обучение техники прыжка в длину способом согнув ноги

Задачи обучения	Упражнения для решения задачи обучения	Ошибки	Упражнения для исправления ошибок

Заполните таблицу: Обучение техники прыжка в высоту способом перешагивание

Задачи обучения	Упражнения для решения задачи обучения	Ошибки	Упражнения для исправления ошибок

Заполните таблицу: Обучение техники метанию мяча

Задачи обучения	Упражнения для решения задачи обучения	Ошибки	Упражнения для исправления ошибок

3. Демонстрация техники легкоатлетических упражнений на практическом занятии

Получить оценку за технику пройденных легкоатлетических видов:

Критерии выставления оценки

1-2 баллов: – демонстрация техники легкоатлетического вида с грубыми ошибками.

3-4 баллов: – демонстрация техники легкоатлетического вида с незначительными ошибками

5 баллов: – демонстрация техники легкоатлетического вида в соответствии с правилами соревнований

Раздел 3. Организация и методика проведения урока по легкой атлетике .

1. Доклад по темам:

1. Система занятий оздоровительным бегом.
2. Развитие физических качеств (одного по выбору или комплексно) средствами легкой атлетики.
3. Использование дидактических принципов и правил на уроках легкой атлетики в школе.
4. Особенности руководства учащимися во время обучения их легкоатлетическим дисциплинам.
5. Применение тренажеров и нестандартного оборудования на занятиях легкой атлетики в школе.
6. Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическим упражнениям.
7. Особенности организации занятий легкой атлетики в сельской местности.
8. Дозировка упражнений при различной направленности урока легкой атлетики.
9. Особенности занятий легкой атлетикой с детьми различного возраста и пола.
10. Анализ школьной программы по легкой атлетике (начальные, средние или старшие классы – одно звено по выбору).

2. Кейс-задача: Подобрать средства, методы и дозировку для решения предлагаемых задач:

вариант	задачи
---------	--------

1.	Развивать прыгучесть с использованием игрового метода
2.	Развивать быстроту с использованием игрового метода
3.	Развивать скоростно-силовые способности в игре с метаниями
4.	Развивать скоростно-силовые способности методом круговой тренировки
5.	Развивать скоростную выносливость методом круговой тренировки
6.	Развивать общую выносливость.
7.	Развивать координационные способности средствами легкой атлетики

Раздел 4. Правила и организация соревнований по легкой атлетики

1. Вопросы для обсуждения:

1. Оборудование мест проведения занятий по легкой атлетики (для беговых видов, для прыжковых видов, для метаний)
2. Техника безопасности на занятиях легкой атлетики
3. Особенности проведения и организации занятий в закрытых помещениях
4. Правила соревнований по легкоатлетическому многоборью, особенность проведения.

2. Тестовый опрос

1. Положение низкого старта применяется в беге на:

- а) до 200 м
- б) до 400 м
- в) до 500 м
- г) до 600 м

2. Не является классической дистанцией в легкой атлетике бег:

- 1-800м
- 2-1000м
- 3-1500м
- 4-3000м

3. Кто во время эстафетного бега должен поднять эстафетную палочку, если она упала в момент передачи?

- 1- передающий
- 2- главный тренер команды
- 3- принимающий
- 4- упавшую эстафетную палочку поднимать нельзя

4. Что является главной фазой при выполнении прыжка:

- а)- полет
- б)- приземление
- в)- разбег и подготовка к отталкиванию
- г) -отталкивание

5. При выходе бегуна с низкого старта ошибкой является.....

- 1- сильное выталкивание ногами
- 2- разноименная работа рук;
- 3- быстрое выпрямление туловища

6. Как влияет на бег чрезмерный наклон туловища бегуна вперед?

- 1- сокращает длину бегового шага;
- 2- способствует выносу бедра вперед-вверх;
- 3- увеличивает скорость бега;
- 4- помогает скоординировать движения.

7. Принцип наглядности предполагает:

- 1- понимание значения каждого элемента движения
- 2- создание определенного образа действия
- 3- повторность выполнения двигательных действий

4- осмысленность изучаемого материала

8.В обычном низком старте передняя колодка устанавливается от линии старта на расстоянии:

1- 1 стопы

2- 1. 5 стопы

3- длины голени

9.В прыжках в высоту участнику на подготовку попытки отводится:

1- 2 минуты

2- 1. 5 мин

3- 1 минута

10.Яма для приземления в прыжках в длину и тройным должна иметь ширине не менее:

1- 1. 75 м

2- 2. 5 м

3- 2. 75 м

11.Вес диска для мужчин и женщин соответственно:

1- 1. 5 и 1 кг

2- 2 и 1 кг

3- 2. 5 и 1. 5 кг

12.Метание мяча и гранаты производится в коридор шириной:

1- 20 м

2- 15 м

3- 10 м

13.Вес мяча для метания:

1- 50 гр.

2- 150 гр.

3- 200 гр.

14.При удачной попытке в технических видах легкой атлетики судья поднимает флажок:

1- красного цвета

2- белого цвета

3- черного цвета

4-желтого цвета

15.Основная фаза в метании:

1 -разбег

2 -отталкивание

3 -финальное усилие

4 -торможение после выпуска снаряда

16. Олимпийская легкоатлетическая дисциплина, в которой, в отличие от беговых видов, должен быть постоянный контакт ноги с землёй:_____

17. Дисциплина лёгкой атлетики, представляющая собой забег на дистанцию 42 километра 195 метров:_____

18. Вид бега, при котором участники один за другим проходят этапы, передавая друг другу палочку:_____

19.Легкоатлет специализирующийся в беге на короткие дистанции:_____

20.Способ прыжка в высоту, включенный в школьную программу по физической культуре:_____

На соответствие

21.Соотнесите фамилию легкоатлета и вид, в котором было завоевано олимпийское золото

	Фамилия легкоатлета		Вид легкой атлетики
А	Исинбаева Елена	1	прыжки в высоту
Б	Лебедева Татьяна	2	толкание ядра
В	Кирдяпкин Сергей	3	прыжки с шестом

Г	Ухов Иван	4	спортивная ходьба
		5	прыжки в длину

22.Соотнесите легкоатлетическую дистанцию к виду бега

	Вид бега		дистанция
А	Спринт	1	110м
Б	Эстафетный	2	100м
В	Барьерный	3	4х100м
		4	1000м

23.Соотнесите виды метаний и снаряды

	Вид метаний		снаряд
А	Из-за головы с прямого разбега	1	молот
Б	С вращением	2	ядро
В	Толкание от плеча	3	копье
		4	булава

24.Соотнесите женские легкоатлетические снаряды с их весом

	снаряд		снаряд
А	Ядро	1	2кг
Б	Диск	2	4кг
В	Копье	3	1кг
		4	600гр

На последовательность

25.Установите правильную последовательность при обучении технике бега на короткие дистанции:

- 1-бег по прямой
- 2-финиширование
- 3-старт и стартовый разгон
- 4-бег по виражу
- 5- обучение технике в целом

26.Установите правильную последовательность при обучении технике прыжка в длину с разбега:

- 1- приземление
- 2- отталкивание
- 3-полет
- 4-сочетание разбега с отталкиванием
- 5-создание представление о технике прыжка

27.Установите правильную последовательность при обучении технике метания мяча, гранаты:

- 1- обучение технике в целом
- 2- разбег
- 3- финальное усилие
- 4-бросковые шаги
- 5-держание снаряда

28.Установите правильную последовательность изучения видов метаний в легкой атлетики:

- 1-метание молота
- 2-метание гранаты
- 3-толкание ядра
- 4-метание малого мяча
- 5-метание копья

29. Определите победителя в прыжках в длину с разбега

спортсмены	1	2	3	4	5	6
A	6,85	-	6,99	7,25	7,08	7,32
B	6,87	6,98	7,32	-	7,10	7,28
C	-	6,85	6,90	7,10	7,30	7,15

30. Определите победителя в прыжках в высоту:

участники	Ход соревнований					
	1,76	1,80	1,84	1,88	1,92	1,94
A	-	XO	O	XO	XO	XXX
B	O	XO	XO	XXO	XXX	-
C	-	-	O	O	XO	XXX

3. Составить положение о соревнованиях по легкой атлетике

Положение включает следующие пункты:

- цели и задачи соревнований;
- место и время проведения соревнований;
- руководство соревнованиями;
- участвующие организации и участники соревнований;
- программу (желательно по дням и часам);
- состав команды и количество видов для выступления одного участника;
- порядок и условия определения личного и командного первенства (систему зачета и оценки);
- награждение;
- условия приема организаций и участников;
- сроки и условия представления заявок

Для промежуточной аттестации (экзамен / зачёт / дифференцированный зачёт) приводится полный перечень вопросов и заданий, выносимых на экзамен / зачёт / дифференцированный зачёт]

Перечень экзаменационных вопросов

1. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры.
2. Классификация видов легкой атлетики.
3. Анализ техники спортивной ходьбы. Отличие спортивной ходьбы обычной.
4. Основы техники бега.
5. Анализ техники бега на короткие дистанции.
6. Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
7. Основы техники прыжков.
8. Техника прыжка в длину с разбега способом "согнув ноги".
9. Техника прыжка в высоту с разбега способом "перешагивание".
10. Основы техники метаний.
11. Техника метания малого мяча, гранаты.
12. Методика обучения спортивной ходьбе.
13. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.
14. Методика обучения технике низкого старта.
15. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции.
16. Методика обучения технике метания гранаты.
17. Методика обучения технике прыжка в длину.
18. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов.
19. Меры безопасности в процессе обучения и профилактика травматизма.
20. Виды и характер соревнований в легкой атлетики.

21. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетики.
22. Правила соревнований по бегу и ходьбе.
23. Правила соревнований по прыжкам и метаниям.
24. Правила соревнований по многоборью.
25. Комплектация судейских бригад по видам легкой атлетики.
26. Определение победителя в соревнованиях по прыжкам в высоту.
27. Правила проведения соревнований в помещениях.
28. Воспитание скоростных способностей средствами легкой атлетики
29. Воспитание выносливости средствами легкой атлетики.
30. Особенности проведения урока легкой атлетики в общеобразовательной школе.
31. Методика развития функциональных возможностей легкоатлета
32. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий по легкой атлетики.

Таблица 9 – Примеры оценочных средств с ключами правильных ответов

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ		Время выполнения (в минутах)																				
ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием ИКТ																									
1.	Задание закрытого типа	С чего начинается обучение технике двигательного действия 1- с обучения технике основного звена упражнения 2- с первой фазы технического элемента 3-с создания представления о рациональной технике 4- с выполнения основного упражнения в затрудненных условиях	3		0,5																				
2.		В беге на длинные дистанции в лёгкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является... 1- быстрота 2- выносливость 3- сила 4- ловкость	2		0,5																				
3.		<table><tr><td colspan="4">Соотнесите виды метаний и снаряды</td></tr><tr><td></td><td>Вид метаний</td><td></td><td>снаряд</td></tr><tr><td>А</td><td>Из-за головы с прямого разбега</td><td>1</td><td>молот</td></tr><tr><td>Б</td><td>С вращением</td><td>2</td><td>ядро</td></tr></table>	Соотнесите виды метаний и снаряды					Вид метаний		снаряд	А	Из-за головы с прямого разбега	1	молот	Б	С вращением	2	ядро	<table><tr><td>А</td><td>3</td></tr><tr><td>Б</td><td>1</td></tr><tr><td>В</td><td>2</td></tr></table>	А	3	Б	1	В	2
Соотнесите виды метаний и снаряды																									
	Вид метаний		снаряд																						
А	Из-за головы с прямого разбега	1	молот																						
Б	С вращением	2	ядро																						
А	3																								
Б	1																								
В	2																								

		В	Толкание от плеча	3	копье		
				4	булава		
4.		Установите правильную последовательность изучения прыжковых видов легкой атлетики: 1-длина-«согнув ноги» 2-высота -«фосбери-флоп» 3-прыжок с шестом 4-длина-«ножницы» 5-высота-«перешагивание»				5,1,4,2,3	2
5.		Установите правильную последовательность изучения видов метаний в легкой атлетики: 1-метание молота 2-метание гранаты 3-толкание ядра 4-метание малого мяча 5-метание копья				4,2,5,3,1	1
6.	Открытого типа	Способ прыжка в высоту, включенный в школьную программу по физической культуре:				перешагивание	1
7.		Документ, определяющий условия и порядок проведения соревнований, которым руководствуется судейская коллегия для их проведения				положение	1
8.		Совокупность легкоатлетических дисциплин, где спортсмены соревнуются в различных видах, которые позволяют выявить самого разностороннего атлета				многоборье	0,5
9.		Вид бега, при котором участники один за другим проходят этапы, передавая друг другу палочку:				эстафетный бег, эстафета, эстафетный	1
10.		Какими играми можно развивать прыгучесть у школьников, перечислите.				«Удочка», «Чья команда дальше прыгнет», «Волк во рву»	2
ПК-1. Способен формировать планируемые предметные результаты освоения основных и дополнительных образовательных программ в области физической культуры на основе современных образовательных технологий							

11.	Задание закрытого типа	Кто во время эстафетного бега должен поднять эстафетную палочку, если она упала в момент передачи? 1- передающий 2- главный тренер команды 3- принимающий 4- упавшую эстафетную палочку поднимать нельзя	1	0,5
12.		Установите правильную последовательность при обучении технике бега на короткие дистанции: 1-бег по прямой 2-финиширование 3-старт и стартовый разгон 4-бег по виражу 5- обучение технике в целом	1,4,3,2,5	1
13.		Установите правильную последовательность при обучении технике прыжка в длину с разбега: 1- приземление 2- отталкивание 3-полет 4-сочетание разбега с отталкиванием 5-создание представление о технике прыжка	5,2,4,1,3	1
14.		Как влияет на бег чрезмерный наклон туловища бегуна вперед? 1- сокращает длину бегового шага; 2- способствует выносу бедра вперед-вверх; 3- увеличивает скорость бега; 4- помогает скоординировать движения.	1	0,5
15.		При удачной попытке в технических видах легкой атлетики судья поднимает флажок: 1- красного цвета 2- белого цвета 3- черного цвета 4-желтого цвета	2	0.5
16.	Задание открытого типа	Олимпийская легкоатлетическая дисциплина, в которой, в отличие от беговых видов, должен быть постоянный контакт ноги с землей	Спортивная ходьба	1
17.		Вид бега, при котором участники один за другим проходят этапы, передавая друг другу палочку	Эстафетный бег	1
18.		Способ прыжка в высоту, включенный в школьную программу по физической культуре	перешагивание	1

19.	Определите победителя в прыжках в длину с разбега <table><tr><td>спортсмены</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>A</td><td>6,85</td><td>-</td><td>6,99</td><td>7,25</td><td>7,08</td><td>7,32</td></tr><tr><td>B</td><td>6,87</td><td>6,98</td><td>7,32</td><td>-</td><td>7,10</td><td>7,28</td></tr><tr><td>C</td><td>-</td><td>6,85</td><td>6,90</td><td>7,10</td><td>7,30</td><td>7,15</td></tr></table> Лучший результат 7,32 показали два спортсмена АиВ. Смотрим на предыдущий результат: у спорт-на А-7,25, у В-7,28, следовательно спортсмен В-получает 1 место	спортсмены	1	2	3	4	5	6	A	6,85	-	6,99	7,25	7,08	7,32	B	6,87	6,98	7,32	-	7,10	7,28	C	-	6,85	6,90	7,10	7,30	7,15	3						
спортсмены	1	2	3	4	5	6																														
A	6,85	-	6,99	7,25	7,08	7,32																														
B	6,87	6,98	7,32	-	7,10	7,28																														
C	-	6,85	6,90	7,10	7,30	7,15																														
20.	Определите победителя в прыжках в высоту: <table><tr><td rowspan="2">участники</td><td colspan="6">Ход соревнований</td></tr><tr><td>1,76</td><td>1,80</td><td>1,84</td><td>1,88</td><td>1,92</td><td>1,94</td></tr><tr><td>A</td><td>-</td><td>ХО</td><td>О</td><td>ХО</td><td>ХО</td><td>XXX</td></tr><tr><td>B</td><td>О</td><td>ХО</td><td>ХО</td><td>ХХО</td><td>XXX</td><td>-</td></tr><tr><td>C</td><td>-</td><td>-</td><td>О</td><td>О</td><td>ХО</td><td>ХХХ</td></tr></table> Последнюю высоту не взяли ни один спортсмен, 1,92 взяли два спортсмена А и С, оба со второй попытки, смотрим предшествующую высоту 1,88: спортсмен А взял высоту со второй попытки, спортсмен С -с первой, значит ему отдаем 1 место	участники	Ход соревнований						1,76	1,80	1,84	1,88	1,92	1,94	A	-	ХО	О	ХО	ХО	XXX	B	О	ХО	ХО	ХХО	XXX	-	C	-	-	О	О	ХО	ХХХ	3
участники	Ход соревнований																																			
	1,76	1,80	1,84	1,88	1,92	1,94																														
A	-	ХО	О	ХО	ХО	XXX																														
B	О	ХО	ХО	ХХО	XXX	-																														
C	-	-	О	О	ХО	ХХХ																														

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (модулю) (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины (модуля), и в Центре мониторинга и аудита качества обучения.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Таблица 10 – Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине (модулю)

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий/баллы	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
Основной блок				
1.	Выступление на семинарских занятиях			по расписанию
1.1.	полный ответ по вопросу	2 балла	2	

1.2	дополнение	0,2-0,5 балла	1	
1.3	Демонстрация техники легкоатлетических упражнений на практических занятиях	До 5 баллов	5	
2	Кейс-задача	2 балла	2	по расписанию
3	Реферат	5 баллов	5	
4	Тестирование	0,2 балл за ответ	9	по расписанию
5.	Контрольная работа	До 6 баллов	6	
6	Ведение рабочей тетради	До 5 баллов	5	
7	Составление положения о соревнованиях по Л/А	5 баллов	5	
Промежуточный контроль			40	
8	Блок бонусов			
8.1	Посещение занятий	0,25 балла за занятие, но не более 4	10	по расписанию
8.2.	Активность студента на занятии	0,25 балла за занятие, но не более 4		
8.3.	Участие в судействе соревнований по легкой атлетики	2 балла		по расписанию
Всего			50	
дополнительный блок				
9	Экзамен		50	по расписанию
Итого			100	

Таблица 11 – Система штрафов (для одного занятия)

Показатель	Балл
<i>Опоздание на занятие</i>	1
<i>Нарушение учебной дисциплины</i>	1
<i>Неготовность к занятию</i>	5
<i>Пропуск занятия без уважительной причины</i>	5

Таблица 12 – Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую оценку за семестр по дисциплине (модулю)

Сумма баллов	Оценка по 4-балльной шкале	
90–100	5 (отлично)	Зачтено
85–89	4 (хорошо)	
75–84		
70–74		
65–69	3 (удовлетворительно)	
60–64		
Ниже 60	2 (неудовлетворительно)	Не зачтено

При реализации дисциплины (модуля) в зависимости от уровня подготовленности обучающихся могут быть использованы иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Основная литература:

1. Жилкин, А.И. Легкая атлетика : учебное пособие. - 2-е изд. ; стереотип. - М. : Академия, 2005. - 464 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5-7695-2249-6: 139-04 : 139-04.

2. Врублевский Е.П., Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) [Электронный ресурс] : учебное пособие / Врублевский Е.П. - 2-е изд., испр. и дополн. - М. : Спорт, 2016. - 240 с. - ISBN 978-5-9907240-3-7 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990724037.html> (ЭБС «Консультант студента»).

8.2. Дополнительная литература:

3. Забелина Л.Г., Легкая атлетика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Забелина Л.Г. - Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2010. - 58 с. - ISBN 978-5-7782-1448-4 - Режим доступа : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785778214484.html> (ЭБС «Консультант студента»).

4. Шнайдер Н.А., Track and Field Athletics. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : Учебно-методическое пособие / Сост. Н.А. Шнайдер - М. : Спорт, 2016. - 144 с. - ISBN 978-5-906839-12-1 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839121.html> (ЭБС «Консультант студента»).

5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика [Электронный ресурс] / Министерство спорта Российской Федерации - М. : Советский спорт, 2014. - 34 с. - ISBN -- - Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/sovsport_0007.html (ЭБС «Консультант студента»).

8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru>
- Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru>
- Министерство просвещения Российской Федерации <https://edu.gov.ru>
- Федеральное агентство по делам молодёжи (Росмолодёжь) <https://fadm.gov.ru>
- Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор) <http://obrnadzor.gov.ru>
- Сайт государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» <http://zhit-vmeste.ru>

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для проведения занятий по дисциплине имеются лекционные аудитории, оборудованные мультимедийной техникой с возможностью презентации обучающих материалов, фрагментов фильмов; аудитории для проведения семинарских и практических занятий, оборудованные учебной мебелью; библиотека с местами, оборудованными компьютерами, имеющими доступ к сети Интернет.

Практические занятия проводятся в осенне-весенний период на спортивных площадках АГУ, в зимний период в спортивном зале АГУ.

Рабочая программа дисциплины (модуля) при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого

требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. Для инвалидов содержание рабочей программы дисциплины (модуля) может определяться также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).