

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНГУШСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебной работе  
\_\_\_\_\_ Ф.Д. Кодзоева  
«30» июня 2022г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.12 Теория и методика атлетической подготовки**

**Направление подготовки**  
44.03.01 Педагогическое образование

**Направленность (профиль подготовки)**  
«Физическая культура»

**Квалификация выпускника**  
*Бакалавр*

**Форма обучения**  
*очная, заочная*

Магас, 2022

## 1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины

**Цель** – содействовать формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта на предметной основе спортивных и подвижных игр.

**Задачи:** овладение студентами методикой, принципами и средствами обучения базовым видам легкой атлетики, их структурой и спецификой педагогической деятельности в области физической культуры; уверенное овладение теоретическими основами, методикой и средствами обучения

базовым видам легкой атлетики; формирование специальных знаний о структуре соревновательной деятельности, технике и тактике базовых видов легкой атлетики в процессе обучения.

изучение педагогических основ и специфичных характеристик базовых видов легкой атлетики: бег на короткие и средние дистанции, прыжки, метания и многоборья.

## 2. Место учебной дисциплины в структуре опоп во

Дисциплина «Теория и методика атлетической подготовки» относится к обязательным дисциплинам вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

В соответствии с учебным планом период обучения по дисциплине – 1-й семестр.

Дисциплина «Теория и методика атлетической подготовки» в силу занимаемого ей места в ФГОС ВО, ОПОП ВО и учебном плане по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование предполагает взаимосвязь с другими изучаемыми дисциплинами.

В качестве «входных» знаний дисциплины «Теория и методика атлетической подготовки» используются знания и умения, полученные обучающимися при изучении дисциплин Общая и возрастная физиология, «Биомеханика двигательной деятельности», «Медико-биологические основы спортивной тренировки», «Мониторинг физического развития и функционального состояния»; а также с дисциплинами раздела «Теория и методика обучения базовым видам спорта» и «Теория и методика избранного вида спорта.

Дисциплина «Теория и методика атлетической подготовки» может являться предшествующей при изучении дисциплин Основы здорового образа жизни Окружающая среда и здоровье человека.

## 3 Результаты освоения дисциплины (модуля)

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

Код компетенции	Наименование компетенции	Индикатор достижения компетенции (закрепленный за дисциплиной)	В результате освоения дисциплины обучающийся <b>должен:</b>
-----------------	--------------------------	---	---

Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ИУК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей;	Знать - ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества Уметь: подбирать методику занятий физической культурой и спортом для полноценной социальной и профессиональной деятельности; - осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий. Владеть: средствами и
			методами для поддержания должного уровня физической подготовленности и ведения здорового образа жизни; теоретическими основами использования здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - навыками
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	Знать - ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества Уметь: подбирать методику занятий физической культурой и спортом для полноценной социальной и профессиональной деятельности; - осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий. Владеть: средствами и методами для поддержания должного уровня физической подготовленности и ведения здорового образа жизни; теоретическими основами использования здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Таблица 2. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Виды учебных занятий	Трудовоемкость		
	зач. ед.	час.	в семестре
			8
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>	<i>гр.4</i>
<b>ОБЩАЯ</b> трудовоемкость по учебному плану	<b>4</b>	<b>144</b>	<b>144</b>
<b>Контактные часы</b>	<b>1,39</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
Лекции (Л)		12	12
Семинары (С)		0	0
Практические занятия (ПЗ)		36	36
Лабораторные работы (ЛР)		0	0
Групповые консультации (ГК) и (или)		2	2
Виды учебных занятий	Трудовоемкость		
	зач. ед.	час.	в семестре
			8
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>	<i>гр.4</i>
индивидуальная работа с обучающимся (ИР), предусмотренные учебным планом подготовки			
<b>Промежуточная аттестация: Экзамен</b>	<b>0,75</b>	<b>27</b>	<b>27</b>
<b>Самостоятельная работа (СР) в том числе по курсовой работе (проекту)</b>	<b>1,86 0</b>	<b>1,86 0</b>	<b>67 0</b>

#### 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

В данном разделе приводится содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий. Структура дисциплины по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий приведена в Таблице 3, содержание дисциплины по темам (разделам) – в Таблице 4.

Таблица 3. Структура дисциплины по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий

№	Наименование темы (раздела)	Количество часов					
		Всего	Контактные часы (аудиторная работа)				СР
			Л	С	ПЗ	ГК/ИК	
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>	<i>гр.4</i>	<i>гр.5</i>	<i>гр.6</i>	<i>гр.7</i>	<i>гр.8</i>
Семестр № 1							

1.	Введение в легкую атлетику	26	4	4	0	0	18
2.	Основы техники легкоатлетических упражнений	29	2	8	0	0	19
3.	Организация, проведение и правила соревнований	30	2	8	0	0	19
4.	Основы методики обучения отдельным видам легкой атлетики	29	2	8	0	0	19
5.	Теория и управление процессом спортивной подготовки	30	2	8	0	2	19
<b>Всего</b>		144	12	36	0	2	67
<b>Промежуточная аттестация (Экзамен)</b>							27
<b>ИТОГО</b>		144	50				67

Примечание: Л – лекции, С – семинары, ПЗ – практические занятия, ГК/ИК – групповые / индивидуальные консультации

Таблица 4. Содержание дисциплины по темам (разделам)

№	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>
1.	Введение в легкую атлетику	Основные понятия в предмете. Классификация видов легкой атлетики, их происхождение. Основные этапы в развитии легкой атлетики как вида спорта. Развитие легкой атлетики в России. Связь легкой атлетики с другими видами спорта. Место легкой атлетики в системе физического воспитания: в дошкольных учреждениях, в общеобразовательной школе, в средних специальных учебных заведениях, в ВУЗах. Содержание и задачи предмета. Организация прохождения курса легкой атлетики на факультете и основные требования, предъявляемые к студентам. Классификация видов легкой атлетики, их происхождение.

2.	Основы техники легкоатлетических упражнений	<p>Основные понятия: спортивная техника, циклы движения, фазы, моменты. Качественные показатели техники: экономичность, простота, приспособляемость, спортивный результат. Основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний (цикл движений, динамические характеристики, особенности видов). Эволюция техники отдельных видов легкой атлетики. Количественные показатели техники: пространственные, временные, ритмические, динамические характеристики. Взаимосвязь спортивной техники, спортивного результата и уровня развития физических качеств. Анализ техники легкоатлетического упражнения и определение ошибок. Барьерный бег как вид легкой атлетики. Анализ техники барьерного бега (старт, переход барьера, бег между барьерами, финиширование). Особенности бега с барьерами на различные дистанции (100м, 110 м, 400 м). Критерии оценки техники барьерного бега. Виды прыжков. Главная задача прыжков, фазы прыжков (их частные задачи, сходства и отличия в разных видах). Анализ техники прыжка в длину различными способами («согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы»). Основы техники тройного прыжка. Техника прыжка в высоту способами «перешагивание» и «фосбери-флоп». Анализ техники прыжка с шестом. Опорная часть прыжка: период силового действия. Ритмическая и динамическая структура прыжков. Критерии оценки техники. Изменения техники с ростом спортивного мастерства. Виды метаний. Главная и частные задачи фаз метаний. Факторы, определяющие дальность полета снаряда (начальная скорость вылета, угол вылета, аэродинамические свойства). Характеристика системы «метатель-снаряд». Сходства и различия в технике метания (в различных видах). Анализ техники толкания ядра (разбег «скачком»). Техника метания диска. Анализ техники метания копья. Основы техники метания гранаты. Основы техники метания молота. Виды</p>
----	---	---

№	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>
		<p>легкоатлетических многоборий, их эволюция. Факторы, определяющие достижения в многоборье. Десятиборье и семиборье как самостоятельные виды легкой атлетики, их характеристика. Особенности легкоатлетических многоборий.</p>

3.	Организация, проведение и правила соревнований	<p>Классификация соревнований. Календарь и положение о соревновании. Документация соревнований (заявки, карточки участников, протоколы, отчет о соревновании). Организация и проведение соревнований по легкой атлетике в учебных заведениях различного типа, в лагерях отдыха. Обязанности главной судейской коллегии (главного судьи, главного секретаря, их помощников и заместителей). Работа судейской коллегии на соревнованиях (беговая бригада, бригады для проведения прыжков и метаний, информационная бригада, вспомогательные бригады). Документация соревнований (заявки, карточки участников, протоколы, отчет о соревновании). Работа судейской коллегии на соревнованиях (беговая бригада, бригады для проведения прыжков и метаний, информационная бригада, вспомогательные бригады). Общие правила соревнований. Частные правила соревнований в спортивной ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила соревнований в многоборьях, их особенности. Частные правила соревнований в беге, прыжках и метаниях. Особенности правил соревнований в многоборье.</p>
4.	Основы методики обучения отдельным видам легкой атлетики	<p>Характеристика методов обучения. Роль физической подготовленности в освоении техники легкоатлетических упражнений. Современные представления о создании двигательного навыка. Типовая схема обучения технике легкоатлетических упражнений: этапы, задачи, средства и методы их решения. Типичные ошибки и способы их устранения. Сходство и различие в постановке задач и подборке средств при изучении техники различных видов легкой атлетики. Роль преподавателя при обучении. Меры предупреждения травм при обучении. Типичные ошибки в технике и способы их устранения. Организация занятий по легкой атлетике в школе и спортивной секции с учащимися разного возраста. Типовая структура и разновидности урока и тренировочных занятий по легкой атлетике. Дозировка упражнений, меры предупреждения травматизма на уроках по легкой атлетике. Учет и оценка уровня физической подготовленности учащихся. Анатомо-физиологические особенности женского организма. Особенности обучения женщин технике отдельных видов легкой атлетики. Занятия легкой атлетикой во время беременности. Обучение технике бега на короткие дистанции. Обучение технике эстафетного</p>

№	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
гр.1	гр.2	гр.3

		<p>бега. Особенности построения схемы обучения технике бега на различные спринтерские дистанции. Особенности методики обучения технике бега на средние и длинные дистанции. Ошибки и их устранение. Методика обучения технике барьерного бега. Особенности: постановка задач, подбор средств и методов, последовательность обучения. Типичные ошибки в технике «гладкого» и барьерного бега и их устранение. Составление схем обучения технике прыжков. Учет специфических отличий видов прыжков при обучении технике. Обучение технике прыжка в длину способами «согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы». Последовательность изучения техники различных способов прыжка в длину. Задачи, средства и методы обучения. Методика обучения технике прыжка в высоту способами «перешагивание» и «фосбери-флоп». Сходства и различия при подборе методов и средств обучения технике этих способов. Обучение технике прыжка с шестом. Отличия в постановке задач, подборе средств и методов при обучении технике прыжка с шестом в связи с высокой технической сложностью данного вида легкой атлетики. Последовательность изучения элементов техники прыжка с шестом.</p> <p>Типичные ошибки в технике прыжков и способы их устранения. Задачи, средства и методы обучения технике метаний. Особенности обучения технике «длинных» метаний (метание копья, гранаты, диска, молота) в закрытых помещениях. Сложность отдельных видов метаний как фактор, определяющий последовательность изучения техники. Обучение технике толкания ядра с разбега способом «скачок». Типичные ошибки и способы их устранения. Методика обучения технике метания копья и гранаты. Типичные ошибки и способы их устранения. Обучение технике метания диска, особенности вида. Обучение технике метания молота. Возникновение ошибок и их устранение. Многообразие видов, входящих в состав многоборий как фактор, обуславливающий построение технической подготовки. Составление схемы обучения технике видов в легкоатлетических многоборьях. Типичные ошибки в технике метаний и способы их устранения.</p>
5.	Теория и управление процессом спортивной подготовки	<p>Система спортивной подготовки. Характерные особенности тренировочного процесса в легкой атлетике. Средства, методы и условия подготовки легкоатлетов (физические упражнения, идеомоторные упражнения, аутогенная тренировка, места занятий и т.д.). Содержание спортивной подготовки: физическая, техническая, теоретическая, тактическая, психологическая части; их разновидности и содержание. Основные принципы –</p>



№	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>
		<p>всесторонность, сознательность, наглядность, постепенность, повторность, индивидуализация. Разделы физической подготовки: общая(ОФП), и специальная (СФП). Их характеристика: значение, упражнения, объем и направленность.</p> <p>Развитие силы и быстроты. Понятие о скоростно-силовых показателях уровня развития физических (двигательных) качеств. Развитие выносливости: общая и специальная выносливость. Особенности воспитания специальной выносливости в различных видах легкой атлетики. Значение гибкости и ловкости, их развитие. Применение средств для их воспитания в соответствии с возрастом, полом и уровнем физической подготовленности занимающихся. Динамика развития физических качеств. Взаимосвязь физических качеств. Задачи и содержание учебно-тренировочного занятия (подготовительная, основная и заключительная части). Нагрузка в занятиях. Построение микроциклов, их разновидности и содержание. Построение средних циклов (этапов) тренировки, их разновидности, содержание и продолжительность. Построение годичного цикла тренировки, его варианты. Периоды годичного цикла (подготовительный, соревновательный, переходный), их цель и задачи. Содержание соревновательного периода (характеристика этапов). Понятие о спортивной форме и участие в соревнованиях. Многолетняя тренировка легкоатлета. Характеристика этапов многолетней подготовки. Управление тренировочным процессом в легкой атлетике. Тренировка в беге на 100 и 200 м. Характеристика этапов подготовки (задачи, содержание, объемы учебно-тренировочной нагрузки). Тренировка в беге на 400 м, характеристика этапов подготовки. Тренировка в беге на выносливость (средние, длинные и сверхдлинные дистанции). Содержание этапов подготовки. Особенности тренировочного процесса в беге на длинные и сверхдлинные дистанции. Тренировка в беге на 100 и 110 м с барьерами. Задачи и содержание этапов подготовки. Тренировка в беге на 400 м с барьерами, характеристика этапов подготовки. Тренировка в легкоатлетических прыжках. Характеристика этапов подготовки (задачи, содержание, объемы учебно-тренировочной нагрузки). Особенности видов прыжков как фактор, определяющий построение тренировочного процесса. Тренировка в легкоатлетических метаниях, сходства и различия спортивной подготовки в различных видах.</p>

		Тренировка в толкании ядра, метании копья и метании диска. Характеристика этапов подготовки (задачи,
<b>№</b>	<b>Наименование темы (раздела)</b>	<b>Содержание темы (раздела)</b>
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>

		<p>содержание, объемы учебно-тренировочной нагрузки). Спортивная подготовка в метании молота. Основные положения тренировки в многоборье. Характеристика этапов подготовки. Физическая подготовка многоборцев, ее задачи и содержание. Соотношение видов подготовки на различных этапах многолетней тренировки. Подготовка и участие в состязаниях. Особенности подготовки в десятиборье и семиборье. Виды отбора. Факторы, определяющие эффективность отбора. Программа спортивного отбора и ее реализация. Прогноз спортивного результата и планирование тренировочного процесса, их взаимодействие. Значение анализа достижений, планов тренировочных занятий и дневника спортсмена для оптимального прогноза спортивных результатов. Тестирование как средство управления тренировочным процессом. Виды и разновидности тестирования, их связь друг с другом.</p> <p>Применение методик тестирования для оценки уровня подготовленности легкоатлетов различных специализаций (бегунов на различные дистанции, прыгунов, метателей и многоборцев). Разновидности текущего контроля за состоянием спортсмена (оперативный, текущий, этапный), их характеристика. Методы исследований в легкой атлетике. Педагогическое наблюдение и педагогический эксперимент. Анализ техники легкоатлетических упражнений, его разновидности. Основные параметры и методы комплексного контроля в легкой атлетике. Организация и проведение научных исследований в легкой атлетике, этапы (выбор темы, определение задач, разработка гипотезы и т.д.).</p>
--	--	--

## 5. Образовательные технологии

Образовательный процесс по дисциплине организован в форме учебных занятий (контактная работа (аудиторной и внеаудиторной) обучающихся с преподавателем и самостоятельная работа обучающихся). Учебные занятия представлены следующими видами, включая учебные занятия, направленные на проведение текущего контроля успеваемости:

- ☐ лекции (занятия лекционного типа);
- ☐ семинары, практические занятия (занятия семинарского типа);
- ☐ групповые консультации;
- ☐ индивидуальные консультации и иные учебные занятия, предусматривающие индивидуальную работу преподавателя с обучающимся; ☐ самостоятельная работа обучающихся; ☐ занятия иных видов.

На учебных занятиях обучающиеся выполняют запланированные настоящей программой отдельные виды учебных работ. Учебное задание (работа) считается выполненным, если оно оценено преподавателем положительно.

В рамках самостоятельной работы обучающиеся осуществляют теоретическое изучение дисциплины с учётом лекционного материала, готовятся к практическим

занятиям, выполняют домашнее задания, осуществляют подготовку к промежуточной аттестации.

Содержание дисциплины, виды, темы учебных занятий и форм контрольных мероприятий дисциплины представлены в разделе 5 настоящей программы и фонде оценочных средств по дисциплине.

**Текущая аттестация по дисциплине (модулю).** Оценивание обучающегося на занятиях осуществляется в соответствии с положением о текущей аттестации обучающихся в университете.

По итогам текущей аттестации, ведущий преподаватель (лектор) осуществляет допуск обучающегося к промежуточной аттестации.

**Допуск к промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).** Обучающийся допускается к промежуточной аттестации по дисциплине в случае выполнения им всех заданий и мероприятий, предусмотренных настоящей программой дисциплины в полном объеме. Преподаватель имеет право изменять количество и содержание заданий, выдаваемых обучающимся (обучающемуся), исходя из контингента (уровня подготовленности).

Допуск обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине осуществляет преподаватель, ведущий семинарские (практические) занятия.

Обучающийся, имеющий учебные (академические) задолженности (пропуски учебных занятий, не выполнивший успешно задания(е)) обязан отработать их в полном объеме.

**Отработка учебных (академических) задолженностей по дисциплине (модулю).** В случае наличия учебной (академической) задолженности по дисциплине, обучающийся отрабатывает пропущенные занятия и выполняет запланированные и выданные преподавателем задания. Отработка проводится в период семестрового обучения или в период сессии согласно графику (расписанию) консультаций преподавателя.

Обучающийся, пропустивший *лекционное занятие*, обязан предоставить преподавателю реферативный конспект соответствующего раздела учебной и монографической литературы (основной и дополнительной) по рассматриваемым вопросам в соответствии с настоящей программой.

Обучающийся, пропустивший *практическое занятие*, отрабатывает его в форме реферативного конспекта соответствующего раздела учебной и монографической литературы (основной и дополнительной) по рассматриваемым на *практическом* занятии вопросам в соответствии с настоящей программой или в форме, предложенной преподавателем. Кроме того, выполняет все учебные задания. Учебное задание считается выполненным, если оно оценено преподавателем положительно.

Преподаватель имеет право снизить балльную (в том числе рейтинговую) оценку обучающемуся за невыполненное в срок задание (по неуважительной причине).

**Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю).** Формой промежуточной аттестации по дисциплине определен Экзамен.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в соответствии с положением о промежуточной аттестации обучающихся в университете и оценивается: *на экзамене – 5, отлично; 4, хорошо; 3, удовлетворительно; 2, неудовлетворительно* и рейтинговых баллов, назначаемых в соответствии с принятой в вузе балльно-рейтинговой системой.

Экзамен принимает преподаватель, читавший лекционный курс.

Оценка знаний обучающегося оценивается по критериям, представленным в фонде оценочных средств по дисциплине.

## 6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Таблица 5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№ раздела	Наименование раздела	Содержание средств контроля (вопросы самоконтроля)	Учебнометодическое обеспечение*
<i>гр.1</i>	<i>гр.2</i>	<i>гр.3</i>	<i>гр.4</i>
1.	Введение в легкую атлетику	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем Подготовка реферата Подготовка к вопросам промежуточной аттестации, связанных с темой	О: [1-3] Д: [1-3]
2.	Основы техники легкоатлетических упражнений	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем Подготовка реферата Подготовка к вопросам промежуточной аттестации, связанных с темой	О: [1-3] Д: [1-3]
3.	Организация, проведение и правила соревнований	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем Подготовка реферата Подготовка к вопросам промежуточной аттестации, связанных с темой	О: [1-3] Д: [1-3]
4.	Основы методики обучения отдельным видам легкой атлетики	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем Подготовка реферата Подготовка к вопросам промежуточной аттестации, связанных с темой	О: [1-3] Д: [1-3]
5.	Теория и управление процессом спортивной подготовки	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем Подготовка реферата Подготовка к вопросам промежуточной аттестации, связанных с темой	О: [1-3] Д: [1-3]

Примечание: О: – основная литература, Д: – дополнительная литература; в скобках – порядковый номер по списку

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Система накопления результатов выполнения заданий позволит вам создать копилку знаний, умений и навыков, которую можно использовать как при прохождении практики, так и в будущей профессиональной деятельности.

## **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины/модуля**

### **7.1. Основная литература**

1. Организация и методика проведения занятий по гимнастике и атлетической подготовке студентов вузов, проходящих военное обучение [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / А.В. Куршев [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Казань: Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2015. — 192 с. — 978-5-7882-1610-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63762.html>
2. Врублевский Е.П. Легкая атлетика. Основы знаний (в вопросах и ответах) [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.П. Врублевский. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 240 с. — 978-5-9907240-3-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55556.html>
3. Никифоров В.И. Физическая культура. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.И. Никифоров. — Электрон. текстовые данные. — Самара: Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2016. — 75 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71899.html>

### **7.2. Дополнительная литература**

1. Легкая атлетика как раздел физической культуры в педагогических вузах [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов / А.Х. Марданов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2011. — 132 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/60703.html>
2. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / . — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарнопедагогический государственный университет, 2010. — 80 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22284.html>
3. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Лёгкая атлетика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.А. Луценко, С.В. Тухто, К.Ю. Заходякина. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2008. — 84 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29968.html>

### **7.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. e-Library.ru [Электронный ресурс]: Научная электронная библиотека. – URL: <http://elibrary.ru/> (дата обращения 11.05.2018).
2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения 11.05.2018).
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php> (дата обращения 11.07.2018). – Доступ к системе согласно правилам ЭБС и договором университета с ЭБС.
4. Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения 11.07.2018). – Доступ к системе согласно правилам ЭБС и договором университета с ЭБС.

### **8. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины/модуля**

Материально-техническое обеспечение учебного процесса по дисциплине определено нормативными требованиями, регламентируемыми приказом Министерства образования и науки РФ № 986 от 4 октября 2010 г. «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений», Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки.

Для проведения всех видов учебных занятий по дисциплине и обеспечения интерактивных методов обучения, необходимы столы, стулья (на группу по количеству посадочных мест с возможностью расстановки для круглых столов, дискуссий, прочее); доска интерактивная с рабочим местом (мультимедийный проектор с экраном и рабочим местом); желателен доступ в информационно-коммуникационную сеть «Интернет».

В соответствии с требованиями ФГОС ВО при реализации настоящей дисциплины ОПОП ВО необходимо также учитывать образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обеспечивать условия для их эффективной реализации, а также возможности беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья к объектам инфраструктуры образовательного учреждения.

