

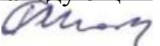
Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Алексеева Инна Сергеевна  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 02.07.2025 15:32:20  
Уникальный программный ключ:  
e243e984ef11b4161e3d084a4a4a8509b60756

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

 Р.Р. Магомедов

протокол № 9

от 06.05.2025

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Легкая атлетика**

(наименование учебной дисциплины)

**Уровень основной образовательной программы**

бакалавриат

**Направление(я) подготовки (специальность)**

44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование

**Форма обучения**

очная

**Срок освоения**

4 лет 0 месяцев

**Кафедра**

физического воспитания и адаптивной физической культуры

**Год начала**

**подготовки**

2022

Ставрополь, 2025 г.

Программу составил(-и): к.п.н., доцент, Литвина Г.А.

Рабочая программа дисциплины "Легкая атлетика" разработана в соответствии с ФГОС: Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 123).

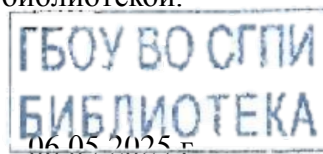
Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана: 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование, утвержденного учёным советом вуза от 25.04.2024, протокол № 4.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры от 06.05.2025 г., протокол № 9 для исполнения в 2025-2026 учебном году.

Зав. кафедрой  Р.Р. Магомедов

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой  Фролова Т.А.



Срок действия рабочей программы дисциплины: 2025-2026 учебный год.

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Легкая атлетика)» физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

## 2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно- биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

## 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП: Б1.О.03.ДВ.01

### 3.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Безопасность жизнедеятельности

Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья

Физическая культура и спорт

## 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

| Код и наименование компетенции                                                    | Код и наименование индикатора достижения компетенции                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для</b> | <b>УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение</b> |

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

| знать:                                                                                                                                              | уметь:                                                                                                                                                                                     | владеть:                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7.1. способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.                                                               | УК-7.1. оценивать эффективность занятий, анализировать технику упражнений, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения. | УК-7.1. определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. |
| УК-7.2. влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек. | УК-7.2. формулировать конкретные задачи преподавания легкой атлетики в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня                      | УК-7.2. владеть правилами и способами планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.         |
| УК-7.3. влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья,                                                               |                                                                                                                                                                                            | УК-7.3.Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полно-ценной               |

|                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. УК-7.4. основы методики спортивной тренировки, а также требования к рациональным вариантам форм спортивной тренировки | физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий. УК-7.3. выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры. УК-7.4. оценивать эффективность занятий, анализировать технику двигательных действий, тактику двигательной деятельности, уровень физической подготовленности занимающихся, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения. | социальной и профессиональной деятельности. УК-7.4. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 5. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетные (-ых) единиц (-ы) (328), включая промежуточную аттестацию.

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр<br>( <b>&lt;Курс&gt;.&lt;Се-<br/>местр на<br/>курсе&gt;</b> ) | <b>2 (1.2)</b> |      | <b>3 (2.1)</b> |    | <b>4 (2.2)</b> |      | <b>5 (3.1)</b> |    | <b>6 (3.2)</b> |      | Итого |       |
|-----------------------------------------------------------------------|----------------|------|----------------|----|----------------|------|----------------|----|----------------|------|-------|-------|
| Неделя                                                                | 15 4/6         |      | 16             |    | 13 1/6         |      | 11 3/6         |    | 13 1/6         |      |       |       |
| Вид занятий                                                           | УП             | РП   | УП             | РП | УП             | РП   | УП             | РП | УП             | РП   | УП    | РП    |
| Практические                                                          | 32             | 32   | 32             | 32 | 32             | 32   | 32             | 32 | 36             | 36   | 164   | 164   |
| Контактная работа<br>(Эк, Зч, ЗчО)                                    | 0,3            | 0,3  |                |    | 0,3            | 0,3  |                |    | 0,3            | 0,3  | 0,9   | 0,9   |
| В том числе в<br>форме<br>практ.подготовки                            | 32,3           |      | 32             |    | 32,3           |      | 32             |    | 36,3           |      | 164,9 |       |
| Итого ауд.                                                            | 32             | 32   | 32             | 32 | 32             | 32   | 32             | 32 | 36             | 36   | 164   | 164   |
| Контактная работа                                                     | 32,3           | 32,3 | 32             | 32 | 32,3           | 32,3 | 32             | 32 | 36,3           | 36,3 | 164,9 | 164,9 |
| Сам. работа                                                           | 31,7           | 31,7 | 32             | 32 | 31,7           | 31,7 | 32             | 32 | 35,7           | 35,7 | 163,1 | 163,1 |
| Итого                                                                 | 64             | 64   | 64             | 64 | 64             | 64   | 64             | 64 | 72             | 72   | 328   | 328   |

### 6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО РАЗДЕЛАМ (ТЕМАМ) И ВИДАМ ЗАНЯТИЙ

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Компетен-ции     | Литература | Примечание |
|-------------|-------------------------------------------|----------------|-------|------------------|------------|------------|
|             | Раздел 1. Легкая атлетика                 |                |       |                  |            |            |
| 1.1         | /Тема/                                    | 2              | 0     |                  |            |            |
| 1.2         | Бег на короткие дистанции /Пр/            | 2              | 6     | УК-7.1<br>УК-7.2 |            |            |
| 1.3         | Бег на короткие дистанции /Ср/            | 2              | 6     | УК-7.1<br>УК-7.2 |            |            |

|      |                                                                |   |     |                  |  |  |
|------|----------------------------------------------------------------|---|-----|------------------|--|--|
| 1.4  | Бег на средние и длинные дистанции /Пр/                        | 2 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.5  | Бег на средние и длинные дистанции /Ср/                        | 2 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.6  | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Пр/ | 2 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.7  | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Ср/ | 2 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.8  | Метания /Пр/                                                   | 2 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.9  | Метания /Ср/                                                   | 2 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.10 | Эстафетный бег /Пр/                                            | 2 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.11 | Эстафетный бег /Ср/                                            | 2 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.12 | Прыжки /Пр/                                                    | 2 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.13 | Прыжки /Ср/                                                    | 2 | 3,7 | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.14 | Зачет /КПА/                                                    | 2 | 0,3 |                  |  |  |
| 1.15 | /Тема/                                                         | 3 | 0   |                  |  |  |
| 1.16 | Бег на короткие дистанции /Пр/                                 | 3 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.17 | Бег на короткие дистанции /Ср/                                 | 3 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.18 | Бег на средние и длинные дистанции /Пр/                        | 3 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.19 | Бег на средние и длинные дистанции /Ср/                        | 3 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.20 | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Пр/ | 3 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.21 | Метания /Пр/                                                   | 3 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.22 | Метания /Ср/                                                   | 3 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.23 | Эстафетный бег /Пр/                                            | 3 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.24 | Эстафетный бег /Ср/                                            | 3 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.25 | Прыжки /Пр/                                                    | 3 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.26 | Прыжки /Ср/                                                    | 3 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.27 | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Ср/ | 3 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.28 | /Тема/                                                         | 4 | 0   |                  |  |  |
| 1.29 | Бег на короткие дистанции /Пр/                                 | 4 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |

|      |                                                                |   |     |                  |  |  |
|------|----------------------------------------------------------------|---|-----|------------------|--|--|
| 1.30 | Бег на короткие дистанции /Ср/                                 | 4 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.31 | Бег на средние и длинные дистанции /Пр/                        | 4 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.32 | Бег на средние и длинные дистанции /Ср/                        | 4 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.33 | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Пр/ | 4 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.34 | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Ср/ | 4 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.35 | Метания /Пр/                                                   | 4 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.36 | Метания /Ср/                                                   | 4 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.37 | Эстафетный бег /Пр/                                            | 4 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.38 | Эстафетный бег /Ср/                                            | 4 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.39 | Прыжки /Пр/                                                    | 4 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.40 | Прыжки /Ср/                                                    | 4 | 3,7 | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.41 | Зачёт /КПА/                                                    | 4 | 0,3 | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.42 | /Тема/                                                         | 5 | 0   |                  |  |  |
| 1.43 | Бег на короткие дистанции /Пр/                                 | 5 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.44 | Бег на короткие дистанции /Ср/                                 | 5 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.45 | Бег на средние и длинные дистанции /Пр/                        | 5 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.46 | Бег на средние и длинные дистанции /Ср/                        | 5 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.47 | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Пр/ | 5 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.48 | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Ср/ | 5 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.49 | Метания /Пр/                                                   | 5 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.50 | Метания /Ср/                                                   | 5 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.51 | Эстафетный бег /Пр/                                            | 5 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.52 | Эстафетный бег /Ср/                                            | 5 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.53 | Прыжки /Пр/                                                    | 5 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.54 | Прыжки /Ср/                                                    | 5 | 4   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |

|      |                                                                |   |     |                  |  |  |
|------|----------------------------------------------------------------|---|-----|------------------|--|--|
| 1.55 | /Тема/                                                         | 6 | 0   |                  |  |  |
| 1.56 | Бег на короткие дистанции /Пр/                                 | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.57 | Бег на короткие дистанции /Ср/                                 | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.58 | Бег на средние и длинные дистанции /Пр/                        | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.59 | Бег на средние и длинные дистанции /Ср/                        | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.60 | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Пр/ | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.61 | Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике /Ср/ | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.62 | Метания /Пр/                                                   | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.63 | Метания /Ср/                                                   | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.64 | Эстафетный бег /Пр/                                            | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.65 | Эстафетный бег /Ср/                                            | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.66 | Прыжки /Пр/                                                    | 6 | 6   | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.67 | Прыжки /Ср/                                                    | 6 | 5,7 | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.68 | Зачёт /КПА/                                                    | 6 | 0,3 | УК-7.1<br>УК-7.2 |  |  |
| 1.69 | КПР /Тема/                                                     | 2 | 0   |                  |  |  |
| 1.70 | /Тема/                                                         | 2 | 0   |                  |  |  |

Планы проведения учебных занятий отражены в оценочных материалах (Приложение 2.).

## 7. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

| Уровень сформированности компетенции |                            |                            |                            |
|--------------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| не сформирована                      | сформирована частично      | сформирована в целом       | сформирована полностью     |
| «Не зачтено»                         | «Зачтено»                  |                            |                            |
| «Неудовлетворительно»                | «Удовлетворительно»        | «Хорошо»                   | «Отлично»                  |
| Описание критериев оценивания        |                            |                            |                            |
| Обучающийся демонстрирует:           | Обучающийся демонстрирует: | Обучающийся демонстрирует: | Обучающийся демонстрирует: |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- существенные пробелы в знаниях учебного материала;</li> <li>- допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;</li> <li>- непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета;</li> <li>- отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</li> <li>- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания теоретического материала;</li> <li>- неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов;</li> <li>- неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы;</li> <li>- недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>- умение без грубых ошибок решать практические задания.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала;</li> <li>- твердые знания теоретического материала.</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития;</li> <li>- правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы;</li> <li>- умение решать практические задания, которые следует выполнить;</li> <li>- владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> </ul> <p>Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;</li> <li>- полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий;</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;</li> <li>- логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора;</li> <li>- умение решать практические задания;</li> <li>- наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам;</li> <li>- свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</li> </ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка реферата; выполнение творческих заданий и проблемных ситуаций; подготовка к коллоквиуму, собеседованию, практическим занятиям; подготовка к зачету и экзамену.



## 9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### 9.1. Рекомендуемая литература

#### 9.1.1. Основная литература

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Л.1.1 | Забелина Л. Г. Легкая атлетика. Подготовка студентов к сдаче тестов комплекса ГТО [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Новосибирск: НГТУ, 2021. - 84 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/216134">https://e.lanbook.com/book/216134</a>                                                                                   |
| Л.1.2 | Синельник Е. В., Руденко И. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Омск: СибГУФК, 2021. - 128 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/242066">https://e.lanbook.com/book/242066</a>                                                            |
| Л.1.3 | Спортивные технологии теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта: легкая атлетика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для слушателей курсов повышения квалификации. - Великие Луки: ВЛГАФК, 2014. - 133 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/151140">https://e.lanbook.com/book/151140</a> |

### 10.1 Интернет-ресурсы (базы данных, информационно-справочные системы и др.)

|                                                                                           |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ЭБС «Лань»                                                                                | <a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a>                                                                                                         |
| Национальная электронная библиотека (НЭБ)                                                 | <a href="https://rusneb.ru">https://rusneb.ru</a>                                                                                                                 |
| ЭБС «Юрайт»                                                                               | <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>                                                                                                                   |
| ЭБС «Журнальный зал»: русский толстый журнал как эстетический феномен                     | <a href="https://magazines.gorky.media">https://magazines.gorky.media</a>                                                                                         |
| «Электронная библиотека ИМЛИ РАН»                                                         | <a href="http://biblio.imli.ru">http://biblio.imli.ru</a>                                                                                                         |
| «Электронная библиотека ИРЛИ РАН» (Пушкинский Дом)                                        | <a href="http://lib.pushkinskijdom.ru">http://lib.pushkinskijdom.ru</a>                                                                                           |
| Научный архив                                                                             | <a href="https://научныйархив.рф">https://научныйархив.рф</a>                                                                                                     |
| ЭБС «Педагогическая библиотека»                                                           | <a href="http://pedlib.ru">http://pedlib.ru</a>                                                                                                                   |
| ЭБС «Айбукс.ру»                                                                           | <a href="https://www.ibooks.ru">https://www.ibooks.ru</a>                                                                                                         |
| Научная электронная библиотека eLibrary.ru                                                | <a href="https://elibrary.ru">https://elibrary.ru</a>                                                                                                             |
| ЭБС Буконлайн                                                                             | <a href="https://bookonline.ru">https://bookonline.ru</a>                                                                                                         |
| Научная электронная библиотека «Киберленинка»                                             | <a href="https://cyberleninka.ru/">https://cyberleninka.ru/</a>                                                                                                   |
| Государственная публичная научно-техническая библиотека России. Ресурсы открытого доступа | <a href="http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html">http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html</a> |
| Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа                                 | <a href="http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php">http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php</a>                               |

### 10.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

|                                                             |                                                                               |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Университетская информационная система РОССИЯ               | <a href="https://uisrussia.msu.ru">https://uisrussia.msu.ru</a>               |
| Единое окно доступа к образовательным ресурсам              | <a href="http://window.edu.ru/catalog">http://window.edu.ru/catalog</a>       |
| Словари и энциклопедии                                      | <a href="https://dic.academic.ru">https://dic.academic.ru</a>                 |
| Педагогическая мастерская «Первое сентября»                 | <a href="https://fond.1sept.ru">https://fond.1sept.ru</a>                     |
| Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов     | <a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> |
| Национальная платформа «Открытое образование»               | <a href="https://openedu.ru">https://openedu.ru</a>                           |
| Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» | <a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a> |

|                                                                                                  |                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Российское образование. Федеральный портал                                                       | <a href="http://edu.ru">http://edu.ru</a>                     |
| Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования                | <a href="http://fgosvo.ru">http://fgosvo.ru</a>               |
| Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ удостоверенного качества «Научный архив» | <a href="https://научныйархив.рф">https://научныйархив.рф</a> |
| Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»                                 | <a href="https://online.edu.ru">https://online.edu.ru</a>     |

#### **10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет.

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

Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:

1. Пакет программного обеспечения общего назначения Microsoft Office (MS Word, MS Microsoft Excel, MS PowerPoint).
2. Adobe Acrobat Reader.
3. Браузер (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera и др.).
4. Программа тестирования Айрен.