

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Липецкий государственный педагогический университет
имени П.П. Семенова–Тян–Шанского»**

Основная образовательная программа

Направление: 44.03.05 «Педагогическое образование» с двумя профилями подготовки

Профиль: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Год начала подготовки: 2016 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины
«ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»**

1. Цель дисциплины: освоение технологии профессиональной деятельности педагога физической культуры на основе специфики дисциплины «Легкая атлетика»

2. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина реализуется в рамках вариативной части профессионального цикла ОП бакалавриата по направлению «Физическая культура и безопасность жизнедеятельности».

Для освоения дисциплины «Легкая атлетика» необходимы компетенции, сформированные у обучающихся в рамках средней общеобразовательной школы.

Для освоения дисциплины необходимы компетенции, сформированные в рамках изучения дисциплин, которые должны изучаться параллельно: «История физической культуры и спорта», «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

Дисциплина «Легкая атлетика» обеспечивает изучение дисциплин «Методика обучения и воспитания физической культуре», «Теория и методика физической культуры и спорта» и прохождение педагогической практики.

Дисциплина «Легкая атлетика» используется при формировании содержания итоговой государственной аттестации.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения ОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Коды компетенций	Результаты освоения ООП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Знать: технику Легкоатлетических упражнений и методику обучения двигательным действиям. Уметь: образцово показывать строевые и общеразвивающие упражнения, уверенно выполнять и показывать технику легкоатлетических упражнений в объеме требований школьной

		<p>программы.</p> <p>Владеть: основными видами легкоатлетических упражнений на уровне технически правильного показа, а также приемами объяснения, демонстрации основных и вспомогательных элементов упражнения.</p>
ПК-1	<p>готовностью реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов</p>	<p>Знать: задачи, виды и структуру уроков по легкой атлетике в общеобразовательных учреждениях, формы организации занятий легкой атлетикой.</p> <p>Уметь: проводить урок по легкой атлетике в общеобразовательных учреждениях на основе разработанного плана-конспекта.</p> <p>Владеть: определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, объективно оценивать результат выполнения поставленных задач урока.</p>
ПК-2	<p>способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики</p>	<p>Знать: современные методы и технологии обучения, а также вопросы диагностики качества выполнения легкоатлетических упражнений.</p> <p>Уметь: управлять физической нагрузкой, обеспечивать меры безопасности, оценивать качество выполнения упражнений на основе использования современных методов и технологии обучения и диагностики.</p> <p>Владеть: методикой обучения легкоатлетическим упражнениям различных категорий занимающихся на основе использования современных методов и технологии обучения и диагностики.</p>

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 зачетных единиц (252 часов). В том числе контактная работа 133 часа. Из них: – аудиторная:130 ч.; самостоятельная работа - 119 ч.; КСР - 3 ч.

5. Семестры

Семестр	Трудоемкость											Контроль			
	Зач. ед.	Часов всего	Контактная работа	Лекции		Практ. групп. и семинары		Практ. мал. гр. и лаб. занятия		Индивид. занятия		Самостоятельная работа	Контрольные работы	Зачет, зачет с оценкой, экзамен	Курсовые работы
				Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР				
2	2	72	36,3	2			0,3	34				35,7			
3	2	72	28,4	2			0,3	26			0,1	43,6		зачет	
4	1	36	32,3	2			0,3	30				3,7			
5	2	72	36	2			1,7	32			0,3	36		экзамен	
итого	7	252	133	8			2,6	122			0,4	119		Зачет. Экзамен	

6. Основные разделы дисциплины: Классификация легкоатлетических упражнений. История развития техники видов легкой атлетики. Бег на короткие, средние, длинные дистанции, бег по пересеченной местности. Прыжок в высоту способом «перешагивание». Метание мяча, копья, гранаты. Прыжок в высоту с разбега способом «фосбери-флоп». Техника прыжков в длину с разбега способами «согнув ноги», «прогнувшись» и «ножницы». Организация и проведение соревнований. Правила соревнований по легкой атлетике. Обучение легкоатлетическим упражнениям. Особенности занятий легкой атлетикой с лицами разного пола и возраста. Легкая атлетика в программах средней общеобразовательной школы. Секция легкой атлетики в общеобразовательной школе. Изучение техники и методики преподавания легкоатлетических видов. Овладение общеразвивающими упражнениями, подводящими и специальными упражнениями, подвижными играми и другими видами спорта, используемыми при обучении в легкоатлетических дисциплинах. Учебная практика

7. Автор:

Шкляров Владимир Борисович, доцент кафедры спортивных дисциплин, доцент, кандидат педагогических наук

Чеботарев Андрей Викторович, доцент кафедры спортивных дисциплин, кандидат педагогических наук