

Федеральное государственное бюджетное учреждение  
профессиональная образовательная организация  
«БРЯНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ)  
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ А.А.Солонкин

« 30 » августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**Избранный вид спорта с методикой тренировки  
и руководства соревновательной деятельностью  
спортсменов (легкая атлетика)**

**СПЕЦИАЛЬНОСТЬ  
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Брянск 2023

Программа по дисциплине «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968 и примерной образовательной программой по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденной Федеральным учебно-методическим объединением в системе среднего профессионального образования по УГПС 49.00.00 (Протокол № 4 от 05.05.2023г.)

**Разработчики:**

**Турова Анастасия Валентиновна**-преподаватель комиссии профессионального цикла дисциплин ФГБУ ПОО «БГУОР

**Кузнецова Екатерина Николаевна**- преподаватель комиссии профессионального цикла дисциплин ФГБУ ПОО «БГУОР

**Позднякова Татьяна Сергеевна**-преподаватель комиссии профессионального цикла дисциплин ФГБУ ПОО «БГУОР

Рассмотрена на заседании **ПЦК практических дисциплин**  
Протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Председатель ПЦК  Межгородский Г.М.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

  
\_\_\_\_\_ Моисеев А.Н.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ....	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	15

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

### «ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ (ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА)»

#### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08. ВД 3(2) 3.2

#### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08. ВД 3(2) 3.2

#### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ВД 3(2): ПК 3.1- 3.5 ВД 1: ПК1.1; ПК1.3;	-выполнять профессионально значимые двигательные действия по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)» -использовать терминологию по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)» -применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений в «Избранном виде спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной	-технику профессионально значимых двигательных действий по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)» -терминологию «Избранного вида спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)» -технику безопасности на занятиях по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)»

	<p>деятельностью спортсменов (легкая атлетика)»</p> <p>-использовать оборудование и инвентарь для занятий по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)» в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</p> <p>-проводить занятия по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)»</p>	<p>-приемы, способы страховки и само страховки по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)»</p> <p>-методику обучения профессионально значимым двигательным действиям по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)»</p> <p>-методику проведения занятий по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)»</p> <p>-основы организации и проведения соревнований и судейства по «Избранному виду спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)»</p>
--	--	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)		
		II	III	IV
Объем образовательной программы учебной дисциплины	248	68	112	68
в том числе:				
теоретическое обучение	66	20	28	10
практические занятия	182	48	84	50
Итоговая аттестация в форме: экзамена	8			8

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины  
«Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства  
соревновательной деятельностью спортсменов (легкая атлетика)»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций и личностных результатов, формирование которых способствует элементу программы
<b>2 курс</b>			
		<b>68</b>	
<b>Тема 1.</b> <b>Введение.</b> <b>Предмет и задачи курса.</b> <b>Техника безопасности</b>	<b>Содержание материала:</b> 1. Предмет и задачи курса. Определение легкой атлетики, как вида спорта. 2. Содержание и задачи курса избранного вида спорта «Легкая атлетика». 3. Содержание, классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. 4. Основные понятия и терминология. 5. Техника безопасности и охрана труда при занятиях видами легкой атлетики, при проведении тренировочных занятий и соревнований.	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06; ОК 08; ВД 3 (2): ПК 3.4
<b>Тема: 2.</b> <b>Оборудование и инвентарь мест занятий и соревнований.</b>	<b>Содержание материала:</b> 1. Виды спортивных сооружений и инвентаря в учебно – тренировочной и соревновательной деятельности. 2. Спортивное ядро. 3. Требования к спортивному инвентарю и оборудованию	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06; ОК 08; ВД 3 (2): ПК 3.4
<b>Тема 3.</b> <b>Гигиенические требования к местам занятий легкой атлетикой и профилактика травматизма</b>	<b>Содержание материала:</b> 1. Гигиенические требования к занимающимся легкой атлетикой. 2. Гигиенические требования к местам занятий легкой атлетикой (к секторам по прыжкам, метаниям к площадкам, к беговым дорожкам). 3. Причины возникновения травм на занятиях легкой атлетикой. 4. Профилактика травматизма.	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 3 (2): ПК3.3
<b>Тема 4.</b> <b>Спортивная тренировка</b>	<b>Практическое занятие:</b> 1. Спортивная тренировка как педагогический процесс. 2. Цель, задачи, принципы спортивной тренировки	4	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 3 (2): ПК3.3

	3.Средства и методы спортивной тренировки. 4. Виды спортивной подготовки. 5. Понятие нагрузки.		
<b>Тема 5. Теоретическая подготовка.</b>	<b>Содержание материала:</b> 1.Теоретическая подготовка в легкой атлетике 2.Самоконтроль и взаимоконтроль в легкой атлетике. 3.Основные методы развития двигательных качеств.	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 1: ПК1.1; ПК1.3; ВД 3 (2): ПК3.1; ПК3.3;ПК3.4; ПК 3.5
<b>Тема 6. Психологическая подготовка</b>	<b>Содержание материала:</b> 1.Психологическая подготовка в легкой атлетике 2.Аутогенная тренировка спортсменов.	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 1: ПК1.1; ПК1.3; ВД 3 (2): ПК3.1; ПК3.3;ПК3.4; ПК 3.5
<b>Тема 7. Тактическая подготовка</b>	<b>Содержание материала:</b> 1.Понятие о тактической подготовке. 2.Сущность и основные закономерности тактической подготовки в спортивных соревнованиях.	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08.  ВД 3 (2): ПК3.1-ПК3.3;
<b>Тема 8. Техническая подготовка</b>	<b>Практическое занятие:</b> 1.Техническая подготовка 2.Совершенствование в технике отдельных элементов ИВС. 3.ОФП. 4.Кроссовая подготовка. 4.Развитие основных физических качеств (выносливость, сила, быстрота). 5.СФП. Повышения уровня специальной физической подготовки. 6.Сдача контрольных нормативов.	28	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08.  ВД 3 (2): ПК 3.1-ПК 3.3;
<b>Тема 9. Общая физическая подготовка</b>	<b>Практическое занятие:</b> 1.Развитие физических качеств: сила, быстрота, выносливость (общая выносливость,специальная выносливость), гибкость, ловкость. 2.Сила: абсолютная и относительная. 3.Развитие быстроты посредством тренировки. Методические указания к развитию быстроты. 4.Выносливость (общая и специальная). Методические указания к развитию выносливости.	12	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08.  ВД 3 (2): ПК3.1-ПК3.3;



	5.Гибкость (общая и специальная). Методические указания к развитию гибкости. 6. Кроссовая подготовка. 7.ОФП. Развитие быстроты, выносливости, гибкости 8.Повышение уровня ОФП методом круговой тренировки		
<b>Тема 9. Организация и проведение соревнований</b>	<b>Содержание материала:</b> 1.Классификация соревнований в легкой атлетике 2.Главная судейская коллегия. 3. Составы судейских бригад и обязанности судей по видам легкой атлетики 4.Организация и проведение соревнований по бегу Проверка оборудования и подготовка к соревнованиям 5.Организация судейства и правила соревнований по прыжкам в длину и тройным. 6.Организация судейства и правила соревнований по толканию ядра. 7.Организация судейства и правила соревнований по прыжкам в высоту.	8	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08.  ВД 3 (2): ПК3.1-ПК3.3;
<b>Тема 10. Специальная физическая подготовка</b>	<b>Практическое занятие:</b> 1.Специально физическая подготовка в избранном виде легкой атлетики. 2.Повышение уровня СФП. 3.Методы развития СФП.	6	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08.  ВД 3 (2): ПК3.1-ПК3.3;
<b>Тема 11. Контроль специальной физической подготовки</b>	<b>Практическое занятие:</b> 1.Сдача контрольных нормативов по СФП.	4	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08.  ВД 3 (2): ПК3.1-ПК3.3; ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 1: ПК1.1; ПК1.3; ВД 3 (2): ПК3.1; ПК3.3;ПК3.4; ПК 3.5
<b>3 курс</b>			
		<b>112</b>	
<b>Тема 12. Спортивные сооружения, их эксплуатация.</b>	<b>Содержание материала:</b> Оборудование мест для учебных и тренировочных занятий по бегу, прыжкам и метаниям. Стадион, легкоатлетический манеж, простейшие	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 3 (2): ПК3.3

<b>Техника безопасности.</b>	спортсооружения для занятий легкоатлетическими видами. Меры безопасности и профилактики травматизма. <b>Практическое занятие:</b> выполнить план спортивного ядра	2	
<b>Тема 13. Этапы многолетней подготовки</b>	<b>Содержание материала:</b> Этапы многолетней подготовки: 1. Характеристика этапа начальной подготовки 2. Характеристика тренировочного этапа. 3. Характеристика этапов спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.	6	
<b>Тема 14. Нагрузка и отдых как компоненты спортивной тренировки</b>	<b>Содержание материала:</b> 1. Понятие нагрузки и отдыха 2. Отдых как компонент спортивной тренировки	4	
<b>Тема 15. Периодизация спортивной тренировки</b>	<b>Содержание материала:</b> 1. Подготовительный, соревновательный, переходный периоды  <b>Практическое занятие:</b> Составление годового плана-графика	2  4	
<b>Тема 16. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок в мезоциклах и микроциклах</b>	<b>Содержание материала:</b>  <b>Практическое занятие:</b> Составление мезоциклов и микроциклов разной направленности.	2  4	
<b>Тема 17. Тренировочное занятие основная форма спортивной тренировки.</b>	<b>Содержание материала:</b> 1. Цель, задачи, характерные черты спортивной тренировки <b>Практическое занятие:</b> 1. Тренировка по избранному виду легкой атлетики	2  4	
<b>Тема 18. Организация работы спортивных школ</b>	<b>Содержание материала:</b> 1. Значение и виды планирования. 2. Основные документы планирования: стандарт спортивной подготовки, типовые программы по виду спорта «легкая атлетика», годовой план-график тренировочных нагрузок, конспект тренировочного занятия.	4	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06; ОК 08; ВД 3 (2): ПК 3.4

	<p>3. Основные виды учета: предварительный, текущий, итоговый.</p> <p><b>Практическое занятие:</b></p> <p>Анализ содержания программного материала групп спортивной подготовки.</p> <p>Составление документов планирования и учета для групп спортивной подготовки (НП).</p> <p>Задачи и содержание занятий в группах начальной подготовки. Методика подбора средств и выбора методов.</p> <p>Нормы нагрузки.</p> <p>Контрольные нормативы и переводные требования.</p>	4	
<p><b>Тема 19.</b></p> <p><b>Отбор и прогнозирование результатов в легкой атлетике</b></p>	<p><b>Практические занятия:</b></p> <p>Спортивный отбор. Основные принципы и организация процесса отбора. Методы оценки психофизических качеств, двигательных способностей и специальной подготовленности.</p> <p>Контрольные нормативы.</p> <p>Воспитательная работа с юными спортсменами в избранном виде спорта (легкая атлетика).</p>	4	<p>ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 3 (2): ПК3.3</p>
<p><b>Тема 20.</b></p> <p><b>Спортивная тренировка в легкой атлетике</b></p>	<p><b>Практические занятия:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствование техники видов легкой атлетики.</li> <li>2. Развитие ОФП и СФП</li> <li>3. Круговая тренировка</li> </ol>	40	<p>ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 1: ПК1.1; ПК1.3; ВД 3 (2): ПК3.1; ПК3.3; ПК3.4; ПК 3.5</p>
<p><b>Тема: 21.</b></p> <p><b>Средства восстановления, стимуляция работоспособности и адаптивных процессов.</b></p>	<p><b>Содержание материала:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Медико-биологические средства восстановления: спортивный массаж, самомассаж, механический массаж, тепловые процедуры, бальнеотерапия, фармакологические средства.</li> </ol> <p>Восстановительные средства в программе годичной подготовки.</p> <p>Малый восстановительный центр</p> <p>Средства восстановления, стимуляции и работоспособности.</p> <p>Адаптивные процессы.</p>	6	<p>ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06; ОК 08; ВД 3 (2): ПК 3.4</p>
<p><b>Тема 22.</b></p>	<p><b>Практические занятия:</b></p>	12	

<b>Организация и проведение соревнований</b>	1. Составление плана проведения соревнований по легкой атлетике 2. Составление программы соревнований по легкой атлетике 3. Составление положения о проведении соревнования по одному из видов легкой атлетике. 4.. Составы судейских бригад и обязанности судей по видам легкой атлетике 4. Организация и проведение соревнований по бегу Проверка оборудования и подготовка к соревнованиям 5. Организация судейства и правила соревнований по прыжкам в длину и тройным. 6. Организация судейства и правила соревнований по толканию ядра. 7. Организация судейства и правила соревнований по прыжкам в высоту.		
--	---	--	--

<b>4 курс</b>			
Тема 1. <b>Организация и проведение соревнований по легкой атлетике</b>	<b>Содержание материала:</b> Организация и проведение соревнований по лёгкой атлетике(толкание ядра) Организации и проведение соревнований по легкой атлетике.	10	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 3 (2): ПК3.3
Тема 2 <b>Особенности методики планирования учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки в различных видах легкой атлетики</b>	1. Построение годового плана графика на тренировочном этапе спортивной подготовки по различным видам легкой атлетике 2. Методика построения мезоциклов и микроциклов. 3. Особенности тренировок юных легкоатлетов. 4. Построение тренировки в микроцикле. Виды, типы, организация технически и тактики. 5. Общая структура легкоатлетических тренировок и факторы ее определения.	20	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 1: ПК1.1; ПК1.3; ВД 3 (2): ПК3.1; ПК3.3;ПК3.4; ПК 3.5
Тема 3 <b>Совершенствование профессионально-педагогических умений и навыков при проведении тренировочных занятий.</b>	Организация и проведение учебно-тренировочных занятий. Составление конспекта тренировочного занятия для различных групп начальной подготовки. Проведение тренировочного занятия. Совершенствование в видах легкой атлетике.	30	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ВД 1: ПК1.1; ПК1.3; ВД 3 (2): ПК3.1; ПК3.3;ПК3.4; ПК 3.5
	<b>Экзамен</b>	<b>8 часов</b>	

	<b>Итого:</b>	<b>68</b>
<b>Всего часов</b>		<b>248</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

**Спортивный зал**, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения образовательной программы:

Стойки для прыжков в высоту (комплект), граната для метания, ядро для толкания, стойки для прыжков в высоту, планка для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник, брусья колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки, флажки красные и белые, палочки эстафетные, рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры, фишки, барьеры, гимнастические палки, гантели, гимнастические скакалки.

Оборудованные открытые спортивные площадки, обеспечивающие достижение результатов освоения образовательной программы;

брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, яма для приземления, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки, флажки красные и белые, палочки эстафетные, круг для метания ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт—Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры, грабли, лопата

**Кабинет «Базовые и новые виды физкультурной-спортивной деятельности»**оснащенный оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения образовательной программы;

I. Основное оборудование:

- рабочие места обучающихся
- рабочее место преподавателя.

II Технические средства:

- учебная доска.

III. Учебно-методический комплекс

## **3.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **1.3.2.1. Основные печатные издания**

1. Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 300 с.
2. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 317 с.
3. Грецов Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика: Учебник для студ. учреждений высш. образования/[Г.В. Грецов, С.Е. Войнова, А.А. Германова и др.] под ред. Г.В. Грецова, А.Б. Янковского. — 4 – е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2017. — 288 с.
4. Жилкин А.И. и др. Легкая атлетика: Учеб. Пособие для студ. высш. пед.учеб. заведений/ А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В.Сидорчук.-7-е изд., испр.- М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 464 с.

### **3.2.2. Дополнительные источники:**

1. Алхасов Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 300 с.
2. Германов, Г. Н. Легкая атлетика в основной и средней (полной) школе: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 258 с.
3. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «физическая культура». Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. - Москва: Издательство Юрайт, 2019. - 461 с.
4. Зайцев А. А. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 227 с.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<b>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</b>		
<p>- терминологию ИВС (легкая атлетика) технику профессионально значимых двигательных действий ИВС (легкая атлетика)</p> <p>- технику безопасности на занятиях по ИВС (легкая атлетика)</p> <p>- методику обучения профессионально значимых двигательных действий ИВС (легкая атлетика)</p> <p>- методику проведения занятий по ИВС (легкая атлетика)</p> <p>- основы организации и проведения соревнований и судейства по ИВС (легкая атлетика)</p>	<p>- использование терминологии ИВС (легкая атлетика) - описание техники профессионально значимых двигательных действий ИВС (легкая атлетика) - перечисление требований к технике безопасности на занятиях по ИВС (легкая атлетика) - описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий ИВС (легкая атлетика)</p> <p>- описание методики проведения занятий по ИВС (легкая атлетика)</p> <p>- описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по ИВС (легкая атлетика)</p>	<p>оценка результатов выполнения практических заданий;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля;</p> <p>промежуточной аттестации</p>
<b>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</b>		
<p>выполнять профессионально значимые двигательные действия по ИВС (легкая атлетика)</p>	<p>- выполнение двигательных действий по ИВС (легкая атлетика) с учетом требований к технике;</p>	<p>оценка результатов выполнения практических заданий;</p> <p>тестирование;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля;</p> <p>промежуточной аттестации</p>
<p>использовать терминологию ИВС (легкая атлетика)</p>	<p>- соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по ИВС (легкая атлетика)</p>	
<p>применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений ИВС (легкая атлетика)</p>	<p>- рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по ИВС (легкая атлетика)</p>	
<p>использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и</p>	<p>- своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по ИВС (легкая атлетика)</p> <p>- подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам</p>	

особенностями эксплуатации;	физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия ИВС (легкая атлетика)	
проводить тренировочные занятия по ИВС (легкая атлетика)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по ИВС (легкая атлетика)</li> <li>- соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по ИВС (легкая атлетика)</li> <li>- соблюдение методической последовательности при проведении занятий по ИВС (легкая атлетика)</li> <li>- выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике ИВС (легкая атлетика)</li> </ul>	