

**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОСТОЧНАЯ ЭКОНОМИКО-ЮРИДИЧЕСКАЯ  
ГУМАНИТАРНАЯ АКАДЕМИЯ» (Академия ВЭГУ)**

ОДОБРЕНА  
Ученым советом Академии ВЭГУ  
(протокол от 28 июня 2021 г. , № 4)

УТВЕРЖДЕНА  
приказом ректора Академии ВЭГУ  
от 31.08. 2021 № 71/а

**Рабочая программа дисциплины  
Теория и методика лёгкой атлетики**

**Кафедра:** Педагогики и психологии

**Основная образовательная программа:** 44.03.01 Педагогическое образование направленности (профиля) «Физическая культура».

**1. Общая характеристика**

**1.1 Наименование**

Данная учебная дисциплина называется «Теория и методика лёгкой атлетики», включена в Реестр автономных дидактических компонентов Академии ВЭГУ и реализуется в рамках Академии ВЭГУ 44.03.01 Педагогическое образование, направленности (профиля) «Физическая культура» по заочной форме обучения, в т.ч. с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

**1.2 Цели реализации**

1.2.1 В результате освоения данной дисциплины обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками в рамках формирования следующих компетенций:

- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
- способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК- 3);
- способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-5).

1.2.2 Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен знать:

- основные этапы развития легкой атлетики как вида спорта в мировом спортивно движении, в России; олимпийскую историю легкой атлетики и влияние достижений выдающихся спортсменов-легкоатлетов (отечественных и зарубежных) на развитие спорта в мире;

- роль легкой атлетики и системы легкоатлетических упражнений как эффективного и доступного средства физической культуры и спорта;
- технику легкоатлетических видов (в том числе новых) и методику обучения им;
- методики многолетней подготовки спортсменов в легкой атлетике;
- особенности влияния возрастно-половых особенностей на развитие физических качеств.

1.2.3 Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен уметь:

- формировать двигательные навыки в процессе освоения видов легкой атлетики;
  - использовать современные методики и технологии обучения различных категорий занимающихся легкоатлетическим видам и упражнениям;
  - применять современные методики и технологии для развития физических качеств в процессе занятий легкой атлетикой, с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных и национальных условий;
  - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения легкоатлетических занятий с использованием инструментальных методик;
  - планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма и оказывать первую медицинскую помощь на занятиях легкой атлетикой;
  - организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки на основе легкой атлетики;
  - применять учебное и лабораторное оборудование, аудиовизуальные средства, компьютерную технику, тренажерные устройства и специальную аппаратуру на занятиях легкой атлетикой;
  - организовывать и проводить соревнования по легкой атлетике для детей, подростков, взрослых и спортсменов различной квалификации;
  - применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности;
- определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения

1.2.4 Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен владеть:

- методами и организацией комплексного (внешнего и индивидуального) контроля на занятиях легкой атлетикой;
- методами диагностики изменений, происходящих в организме под воздействием нагрузок;
- навыками оказания доврачебной помощи при экстремальных случаях.

### **1.3 Место в структуре ООП**

1.3.1 Данная дисциплина относится к блоку «Б1.В.02 Часть, формируемая участниками образовательных отношений» и изучается по заочной форме с применением ЭО и ДОТ на 7,8 семестре на IV курсе обучения.

1.3.2 Логически и содержательно-методически данная дисциплина связана с такими автономными дидактическими компонентами данной ООП, для изучения которой необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: теория и методика физической культуры и спорта, методика обучения и воспитания физической культуре, все виды практик.

1.3.3 Изучению данной дисциплины должно предшествовать освоение обучающимся программы: анатомия, безопасность жизнедеятельности, основы здорового образа жизни, педагогика, история физической культуры и спорта.

1.3.4 Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для прохождения обучения по программам: теория и методика физической культуры и спорта, методика обучения и воспитания физической культуре, все виды практик.

## **1.4 Объем**

1.4.1 Общий объем данной дисциплины (трудоемкость учебной нагрузки обучающегося при освоении программы, включающая в себя все виды его учебной деятельности, предусмотренные учебным планом для достижения планируемых результатов обучения) составляет 6 зачетных единиц или 216 академических часов вне зависимости от формы обучения, применяемых образовательных технологий, реализации с использованием сетевой формы, реализации по индивидуальному учебному плану, в том числе при ускоренном обучении.

1.4.2 Объемы учебной нагрузки обучающегося при освоении программы дисциплины по видам учебной деятельности составляют:

Виды учебной деятельности	Объем, в академических часах
	По заочной форме с применением ЭО и ДОТ
Занятия лекционного типа	4
Занятия семинарского типа	
Проектирование	
Групповые консультации	10
Индивидуальная работа с обучающимся	
Самостоятельная работа обучающегося	159
Курсовое проектирование	3
Аттестация	40
Всего	216

## **2. Структура и содержание**

### **2.1 Содержание разделов и тем**

Разделы и темы	Содержание (дидактические еди-	Учебные занятия
----------------	--------------------------------	-----------------

№ п/ п	наименование	ницы)	заочная форма		Заочная форма с применением ЭО и ДОТ	
			виды	Объем, академических часов	виды	Объем, академических часов
1	2	3	4	5	6	7
	Раздел I. Основы лёгкой атлетики как вида спорта		Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	2
			Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	8
			Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	30
1.	Структура и содержание предмета «Легкая атлетика»	1.История развития Легкой атлетики с древних времен и до нашего времени. 2.Роль Легкой атлетики в системе физического воспитания и спорта. 3.Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта 4.Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры 5.Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	1
			Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	4

		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	15
2	<b>Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике</b>	1.Виды и характер соревнований по легкой атлетике 2.Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике 3.Элементарные правила соревнований по легкой атлетике 4.Правила соревнований по бегу и ходьбе 5.Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью 6.Правила проведения соревнований в помещениях	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	1
		Применение общеразвивающих, специально-развивающих и специальных упражнений для лёгкой атлетики	Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	4
		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	15
	<b>Раздел II. Техника лёгкоатлетических видов спорта</b>		Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	
			Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	
			Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	60
3	<b>Техника спортивной ходьбы и бега</b>	1.Основы техники спортивной ходьбы 2.Техника спортивной ходьбы 3.Основы техники бега 4.Техника легкоатлетического бега	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	

		Обучение технике бега на средние и длинные дистанции, техники бега на сверхдлинные дистанции, техники кроссового бега, на короткие дистанции, эстафетного бега, барьерного бега, бега с препятствиями	Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	
		Применение общеразвивающих, специально-развивающих и специальных упражнений для обучения технике спортивной ходьбы				
		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	20
4	<b>Техника легкоатлетических прыжков</b>	1. Основы техники прыжков 2. Техника различных видов легкоатлетических прыжков 3. Техника прыжков в длину с разбега 4. Техника прыжков в высоту с разбега 5. Техника тройного прыжка с разбега 6. Техника прыжков в высоту с шестом 7. Техника прыжков с места	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	
		Методика обучения технике прыжков	Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	
		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	20
5	<b>Техника легкоатлетических метаний</b>	1. Основы техники метаний 2. Техника различных видов метаний 3. Техника толкания ядра 4. Техника метания копья, гранаты и малого мяча 5. Техника метания диска 6. Техника метания молота	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	
		Методика обучения технике метаний	Занятия семинарского типа		Индивидуальная	

			типа		работа с обучающимися	
		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	20
	<b>Раздел III. Методика обучения технике лёгкоатлетических видов спорта</b>		Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	-
			Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	-
			Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	69
6	<b>Основы методики обучения</b>	1.Обучение как педагогический процесс 2.Методические принципы обучения 3.Методы, средства и задачи обучения 4.Типовая схема обучения и последовательность изучения техники легкоатлетических видов спорта 5.Формы занятий по легкой атлетике 6.Меры безопасности в процессе обучения и профилактика травматизма	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	
			Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	
		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	20

7	<b>Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега</b>	1.Методика обучения технике спортивной ходьбы 2.Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции 3.Методика обучения технике бега на короткие дистанции 4.Методика обучения технике эстафетного бега 5.Методика обучения технике барьерного бега 6.Методика обучения технике бега на 3000 м с препятствиями	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	
		Обучение технике спортивной ходьбы, бега на средние, короткие и длинные дистанции Повторение техники бега по прямой и обучение бегу по виражу и круг.	Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	
		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	19
8	<b>Методика обучения технике легкоатлетических прыжков</b>	1.Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега 2.Методика обучения технике прыжков в длину с разбега 3.Методика обучения технике тройного прыжка с разбега 4.Методика обучения технике прыжков с шестом	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	
		Обучение технике прыжков	Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	
		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	15
9	<b>Методика обучения технике легкоатлетических метаний</b>	1.Методика обучения технике толкания ядра 2.Методика обучения технике метания диска 3. Методика обучения технике метания малого мяча, гранаты, копья	Занятия лекционного типа		Занятия лекционного типа	



		Повторение техники бега на короткие дистанции, техники высокого и низкого стартов, а также стартового ускорения	Занятия семинарского типа		Индивидуальная работа с обучающимися	
		Работа с литературными источниками, анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме	Самостоятельная работа обучающегося		Самостоятельная работа обучающегося	15

## 2.2 Перечень обеспечения СРС

При выполнении самостоятельной работы, обучающемуся предоставляется следующее учебно-методическое обеспечение:

- информационные ресурсы, перечисленные в разделе 4: Информационные ресурсы данной программы;
- материалы, размещенные в разделах Диск, Задачи, Обсуждение, Сообщение, Wiki, ПГ Теория и методика лёгкой атлетики Кампуса ВЭГУ 24;
- электронные курсы, размещенные в вертикальном меню Кампуса ВЭГУ;
- материалы лекционных и практических занятий по дисциплинам бакалавриата 44.03.01 Педагогическое образование.

## 3. Фонд оценочных средств

### 3.1 Этапы формирования компетенций

Компетенция		Этапы формирования		
код	содержание	знать	уметь	владеть навыками
1	2	3	4	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	–роль физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности; –основы здорового образа жизни, способы самоконтроля за состоянием здоровья; –основы самостоятельных занятий по физической культуре; –роль физической культуры в развитии личности и подготовке её к	–поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни; –использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации	–средствами и методами укрепления индивидуального здоровья; –физического самосовершенствования; –ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности

		профессиональной деятельности; –основы здорового образа жизни, способы самоконтроля за состоянием здоровья; –средства и методы формирования профессионально-важных физических качеств	конкретной профессиональной деятельности; –использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования; –формирование здорового образа и стиля жизни	
--	--	---	--	--

**Типовые контрольные задания:**

- Опишите круговой метод организации занятий и его применение на уроках легкой атлетики в школе;
- Охарактеризуйте особенности занятий с юными легкоатлетами;
- Опишите воспитание морально-волевых качеств легкоатлета;
- Опишите воспитание физических качеств у легкоатлетов на этапе спортивного совершенствования;
- Охарактеризуйте педагогический контроль за уровнем физической и технической подготовленности легкоатлетов высокой квалификации;
- Опишите исследование эффективности средств и методов подготовки легкоатлетов с учетом возраста, уровня подготовленности, пола;
- Дайте характеристику классификации и характеристику легкоатлетических упражнений;
- Опишите современное состояние легкой атлетики в мире;
- Опишите особенности совершенствования технического мастерства легкоатлетов на этапе спортивного совершенствования.

ПК-3	Способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-	–методологию практической педагогической деятельности; – методики и технологии формирования образовательной среды школы в целях достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами; – принципы организации образова-	–проводить диагностические мероприятия психолого-педагогической направленности; – моделировать педагогические ситуации; – проектировать педагогическое взаимодействие; – обосновывать необходимость включения различных компонентов социо-	–навыками анализа форм активного психолого-педагогического взаимодействия; – методами определения содержания и структурно-организационных форм осуществления профессиональной деятельности педагогов в образовательных учреждениях, в т.ч. при реализации программ
------	---	--	---	---

	воспитательного процесса	тельной среды и разработки развивающих образовательных программ; особенностей оценки и определения эффективности процесса обучения, в т.ч. в условиях инклюзивного образования	культурной среды в образовательный процесс	инклюзивного образования;  – навыками использования образовательного потенциала социокультурной среды в учебной и внеурочной деятельности
<b>Типовые контрольные задания:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проанализируйте содержание учебного материала по легкой атлетике комплексной программы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ;</li> <li>- Опишите методы повышения плотности занятий по легкой атлетике с учащимися различных возрастных групп;</li> <li>- Охарактеризуйте совершенствование методики проведения уроков по легкой атлетике в общеобразовательной школе</li> </ul>				
ПК-5	Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	–общие закономерности роста и анатомо-физиологические особенности развития организма детей в разные возрастные периоды; – санитарно-гигиенические правила и нормы организации учебно-воспитательного процесса; – здоровьесберегающие технологии в организации безопасной и комфортной образовательной среды; – основополагающие факторы и принципы сохранения и укрепления здоровья личности; – принципы и алгоритм оказания первой помощи при неотложных состояниях;	–применять полученные теоретические знания и практические навыки в профессиональной деятельности; – организовывать безопасные и комфортные условия в построении учебно-воспитательного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей; – использовать здоровьесберегающие технологии в организации образовательного пространства; – выявлять признаки неотложных состояний; – оказывать первую помощь при неотложных состояниях и чрезвычайных ситуациях; – проводить профи-	–навыками использования здоровьесберегающих технологий в образовательновоспитательном процессе; – приемами и технологиями проведения мероприятий по санитарногигиеническому воспитанию населения

		– принципы формирования здорового образа жизни	лактические мероприятия по предупреждению детского травматизма	
<b>Типовые контрольные задания:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Опишите технику безопасности на уроке гимнастики;</li> <li>- Охарактеризуйте современную систему спортивной подготовки легкоатлетов;</li> <li>- Опишите легкую атлетику в учебных и не учебных занятиях общеобразовательной школы;</li> <li>- Дайте характеристику тренировочному занятию, как части общего тренировочного процесса;</li> <li>- Охарактеризуйте методы самоконтроля в процессе спортивных тренировок, их задачи, содержание и формы проведения.</li> </ul>				

### 3.2 Показатели, критерии и шкала оценивания

3.2.1 Для оценивания компетенций обучающегося на этапе их формирования по результатам освоения программы данной дисциплины применяется «двухбалльная» (при зачете) и «четыrehбалльная» (при экзамене) шкала оценивания (оценки [для двухбалльной шкалы вписывается текст «зачтено» или «не зачтено», для четырехбалльной – «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно»]).

3.2.2 При применении технологий, использующих иные шкалы измерения (тестирование, балльно-рейтинговой, рейтинговой и т.д.), они для окончательного оформления переводятся:

а) «в двухбалльную шкалу по следующим параметрам: 50 и более процентов максимально-возможной суммы – «зачтено», менее 50 % - «не зачтено»»;

б) «в четырехбалльную шкалу по следующим параметрам: 90 и более процентов максимально-возможной суммы – «отлично», 70-89% - «хорошо», 50-69% - «удовлетворительно», менее 50 % - «неудовлетворительно»»].

3.2.3 При формировании оценки обучающегося используются следующие показатели и критерии оценивания результатов освоения программы данной дисциплины и соответствующего этапа формирования компетенций обучающегося:

а) для двухбалльной шкалы:

Оценка	Критерий	Индикатор (показатель)
«зачтено»	как минимум, твердое владение материалом в рамках программы	при изложении правильного в основном ответа обучающимся допускаются лишь отдельные неточности, нарушение последовательности, отсутствие некоторых существенных деталей, имеются отдельные затруднения в выполнении практических заданий
«не зачтено»	невладение значительной (и значимой) частью материала	при изложении ответа обучающимся допускаются принципиальные ошибки, с большими затруднениями выполняются практические задания, ответ

	программы	свидетельствует об отсутствии знаний по предмету
--	-----------	--

б) для четырехбалльной шкалы:

Оценка	Критерий	Индикатор (показатель)
«отлично»	усвоение программы в полном объеме	задание выполнено без замечаний, полное и логически стройное изложение содержания при ответе или в отчете, тесное увязывание теории вопроса с практикой, отсутствие затруднений с объяснением всех аспектов выполнения задания, хорошее владение умениями и навыками по программе, знание монографической литературы, наличие умений самостоятельно обобщать и излагать материал
«хорошо»	твердое владение материалом в рамках программы	задание выполнено без существенных замечаний, грамотное изложение ответа (отчета), отсутствие существенных неточностей, правильное применение теоретических положений и владение необходимыми навыками при выполнении практических заданий
«удовлетворительно»	владение только основным материалом программы	задание в основном выполнено, допущение неточностей при правильном в основном ответе, нарушение последовательности в его изложении, неусвоение отдельных существенных деталей, наличие затруднений в выполнении практических заданий
«неудовлетворительно»	невладение значительной (и значимой) частью материала программы	задание не выполнено, допуск обучающимся при ответе принципиальных ошибок, большие затруднения при выполнении практических работ, ответ свидетельствует об отсутствии знаний по предмету

3.2.4 Аттестация по данной дисциплине может осуществляться по балльно-рейтинговой системе (далее - БРС), которая представляет собой строго последовательное прохождение обучающимся контрольных (реперных, рубежных) точек (далее – КТ-1, КТ-2 и т.д.) с получением оценки за качество показанных результатов в виде определенной конечной суммы баллов. При этом используются следующие индикаторы начисления баллов.

3.2.4.1 Общее количество баллов БРС распределяется следующим образом:

- за прохождение предварительного этапа – 20 баллов;
- за прохождение первой контрольной точки – до 20 баллов;
- за прохождение второй контрольной точки – до 20 баллов;
- за прохождение третьей контрольной точки – до 20 баллов.

3.2.4.2 Перевод набранной суммы по итогам всей БРС в двухбалльную или четырехбалльную шкалу оценивания осуществляется по следующим параметрам:

- 40 и более баллов – «зачтено», менее 40 - «не зачтено»;
- 72 и более баллов – «отлично», 56-71 баллов - «хорошо», 40-55 баллов - «удовлетворительно», менее 40 баллов - «неудовлетворительно».

3.2.4.3 За прохождение предварительного этапа начисляется до 20 баллов пропорционально изученным обучающимся разделам лекционного материала и набранным при тестировании в самом представленном для изучения ресурсе количеству баллов.

3.2.4.4 Начисление баллов по рубежной аттестации по первой контрольной точке осуществляется в зависимости от результативности участия на вебинаре.

3.2.4.4.1 При он-лайн участии на вебинаре баллы начисляются по следующим критериям:

1) 5 баллов, если участие ограничилось только присутствием или одним нерезультативным действием (вопрос или выступление не соответствовали теме);

2) 10 баллов, если были два и более нерезультативных действия;

3) 15 баллов, если среди двух или более произведенных обучающимся действий как минимум одно было результативным (правильное изложение материала, точно заданный вопрос, аргументированная и объективная рецензия);

4) 20 баллов, если все произведенные обучающимся два и более действий были результативными.

3.2.4.4.2 При просмотре вебинара в записи и предоставлении обучающимся письменного отзыва о нем, определяются следующие степени и суммы баллов:

1) 5 баллов, если отзыв написан формально, малосодержательно, но свидетельствует о просмотре всего вебинара;

2) 10 баллов, если в отзыве достаточно аргументировано выделены позитивная (что понравилась, было понятно, интересно) и (или) негативная (что не понравилась, было непонятным, неинтересным) стороны вебинара;

3) 15 баллов, если в отзыве есть обоснованное, логичное сопоставление позитивных и негативных итогов занятия;

4) 20 баллов, если отзыв в дополнение к третьему уровню содержит существенные предложения по улучшению организации вебинара или аргументировано описывает проблему, сформировавшуюся по итогам вебинара.

3.2.4.5 При тестировании по второй контрольной точке, если тестовые задания имеют разные степени сложности, каждые 5% максимально-возможной суммы правильных ответов приравнивается одному баллу БРС.

При равной сложности всех тестовых заданий каждый правильный ответ приносит 1 балл БРС.

3.2.4.6 Творческая аттестационная работа оценивается по двадцатибалльной шкале (0 баллов – отсутствует, 1 балл – имеется, но абсолютно не соответствует заданию и (или) дисциплине, 2 балла – в большей части не соответствует заданию (дисциплине), хотя есть определенное приближение к сути задания (дисциплины), 3 балла – суть задания выявлена, но неполно, 4 балла – имеются только отдельные неточности, 5 – нет претензий к исполнению) по следующим направлениям:

- определение и фиксация проблемы;
- формулирование ответа (рабочей гипотезы);
- аргументы и иллюстрации в пользу ответа (рабочей гипотезы);
- использование концептуального и понятийного аппарата дисциплины.

Сумма набранных баллов за все 4 направления является количеством баллов БРС, начисляемых в общий рейтинг за третью контрольную точку.

### **3.3 Типовые контрольные задания**

3.3.1 При подготовке обучающегося к аттестации и при оценивании результатов освоения программы данной дисциплины (для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы) используются типовые контрольные задания по:

- истории развития той отрасли знания, изучению которой посвящена данная дисциплина (модуль); объекту, предмету и методам (инструментам), применяемым в данной дисциплине (модуле); месту, значению данной дисциплины (модуля) в деятельности человека и ее связям с другими дисциплинами (модулями); проблемам и задачам, решаемым в рамках данной дисциплины (модуля) и т.д.;

- существу теорий, концепций, систем описания и объяснения, гипотез, выдвигаемых в рамках данной дисциплины, а также категориям и понятиям (терминам), являющимся существенными для данной дисциплины;

- применению компетенций, сформированных в ходе освоения программы, для решения конкретной задачи, объяснения конкретного факта (явления), разрешения конкретной ситуации и т.д.

3.3.2 Данные типовые задания при проведении конкретных аттестационных испытаний переформатируются в вопросы аттестационных билетов или тестовые задания в соответствии с правилами, установленными для Фонда оценочных средств Академии ВЭГУ. По предметам вопросов типовых заданий могут быть сформулированы несколько различающихся по форме и аспекту рассмотрения вопросов аттестационных билетов, тестовых заданий или тем письменных работ. Комплекты вопросов для аттестационных билетов, тестовых заданий и тем в виде соответствующих баз хранятся в Центре аттестации Академии ВЭГУ в режиме конфиденциальности и предъявляются в виде набора аттестационных билетов, тестов или отдельной темы, формируемых по установленным в Академии ВЭГУ правилам, на каждую конкретную аттестацию.

3.3.3 Типовые вопросы для промежуточной аттестации:

- Легкая атлетика в российской системе физического воспитания;
- История развития легкой атлетики;
- Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений;
- Современное состояние легкой атлетики в мире;
- История развития легкой атлетики в нашей стране после 1917 г;
- Российские легкоатлеты на Олимпийских играх;

- Особенности занятий и методика проведения уроков по легкой атлетике в школе;
  - Бег и ходьба, применяемые с оздоровительной целью;
  - Типовая схема обучения легкоатлетическим упражнениям;
  - Специальные упражнения легкоатлетов, их роль в обучении и тренировке;
  - Факторы, определяющие дальность полета снаряда в метаниях, а также прыжков на спортивный результат;
  - Особенности проведения занятий по легкой атлетике с женщинами и девушками;
  - Урок как основная форма занятий по легкой атлетике;
  - Спортивный календарь, положение и программа соревнований;
  - Легкая атлетика как вид спорта;
  - Система зачета по легкой атлетике и оценка результатов в соревнованиях.
- Виды соревнований;
- Средства, методы и динамика развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости у школьников и спортсменов;
  - Обучение и тренировка как единый педагогический процесс;
  - Тренировка как педагогический процесс;
  - Перспективный и годовой план тренировки;
  - Средства и методы восстановления легкоатлетов;
  - Методика проведения занятий по ходьбе и бегу с лицами разного возраста (контроль, самоконтроль);
  - Учет возрастных особенностей детей, занимающихся легкой атлетикой.
  - Самоконтроль при занятиях легкой атлетикой;
  - Виды подготовки легкоатлетов (физическая, техническая, тактическая, морально-волевая, теоретическая);
  - Подвижные игры на уроках легкой атлетики;
  - Основы техники ходьбы и бега;
  - Основы техники прыжков;
  - Основы техники метания;
  - Методика обучения прыжка в длину способом «согнув ноги»;
  - Методика обучения технике (МОТ) спортивной ходьбы;
  - МОТ бега на короткие дистанции;
  - МОТ бега на средние и длинные дистанции;
  - МОТ метания гранаты;
  - МОТ метания копья;
  - МОТ толкания ядра;
  - МОТ метания диска;
  - МОТ прыжка в высоту способом «перешагивание»;
  - МОТ прыжка в высоту способом «фосбери-флоп»;
  - МОТ барьерного бега;
  - МОТ эстафетного бега;



- МОТ прыжка в длину способом «ножницы»;
- МОТ преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий;
- МОТ специально-беговых упражнений;
- Анализ техники бега на 100 м;
- Анализ техники бега на средние и длинные дистанции;
- Анализ техники метания гранаты;
- Анализ техники метания копья;
- Анализ техники толкания ядра;
- Анализ техники метания диска;
- Анализ техники прыжка в длину способом «ножницы»;
- Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги»;
- Анализ техники прыжка в длину способом «прогнувшись»;
- Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание»;
- Анализ техники эстафетного бега (4x100 м, 4x400 м);
- Анализ техники барьерного бега (100 и 110 м);
- Основные задачи обучения технике метания копья;
- Главный судья соревнований, его права и обязанности;
- Главная судейская коллегия по легкой атлетике, ее права и обязанности;
- Правила соревнований по бегу;
- Правила соревнований по спортивной ходьбе;
- Правила соревнований по прыжкам;
- Правила соревнований по метаниям;
- Работа секретариата на соревнованиях по легкой атлетике;
- Обязанности и права главного секретаря соревнований;
- Организация и проведение соревнований по прыжкам в высоту;
- Организация и проведение соревнований по метанию гранаты и копья;
- Организация и проведение соревнований по толканию ядра;
- Организация и проведение соревнований по метанию диска;
- Организация и работа судейской бригады на финише;
- Организация и работа судейской бригады на старте;
- Организация и работа судей на дистанции;
- Организация и проведение соревнований по прыжкам в длину;
- Организация и проведение соревнований по бегу вне стадиона (кроссы, пробеги, эстафеты);
- Права и обязанности участников соревнований по легкой атлетике;
- Организационные комиссии, их задачи и права;
- Работа представителя команды;
- Спортивные сооружения и оборудования для метания копья, гранаты, диска и толкания ядра;
- Спортивные сооружения и оборудования для прыжков (в длину, в высоту);
- Судейство соревнований по многоборью;
- Медицинское обеспечение соревнований по легкой атлетике;

- Организация и проведение отбора детей для занятий легкой атлетикой;
- Методика воспитания выносливости;
- Методика воспитания быстроты и прыгучести;
- Судейство соревнований по спортивной ходьбе;
- Положение о проведении легкоатлетического троеборья для студентов ФФК;
- Схема анализа урока по легкой атлетике;
- Методика обучения технике тройного прыжка;
- Анализ техники тройного прыжка.

#### 3.3.4.1 Типовые (примерные) темы для курсовых работ:

- Анализ техники бега на длинные дистанции.
- Анализ техники бега на короткие дистанции.
- Анализ техники бега на средние дистанции.
- Анализ техники бега с препятствиями.
- Анализ техники спортивной ходьбы.
- Виды контроля в легкой атлетике и их характеристика.
- Внеклассная работа по легкой атлетике в общеобразовательной школе.
- Возрастная динамика развития двигательных способностей у занимающихся легкой атлетикой.
- Гигиена легкоатлета.
- Достижения российских легкоатлетов на последних Олимпийских играх.
- Значение легкой атлетики в физическом воспитании школьников.
- Значение подвижных игр и игровых заданий на занятиях легкой атлетикой в начальной школе.
- Значение, организация и проведение соревнований по легкой атлетике в общеобразовательной школе.
- Инвентарь и оборудование на занятиях легкой атлетикой.
- Интегральная подготовка легкоатлетов.
- Исследование работоспособности у юных легкоатлетов.
- История возникновения и развития легкой атлетики.
- Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в легкой атлетике
- Легкая атлетика в системе физического воспитания и спорта.
- Легкая атлетика как вид спорта и средство физического воспитания.
- Легкоатлетические виды в системе физического воспитания и спорта.
- Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания
- Методика использования средств легкой атлетики для решения задач оздоровительной направленности.
- Методика обеспечения техники безопасности на занятиях легкой атлетикой.
- Методика обучения бега с препятствиями.
- Методика обучения бегу на длинные дистанции.

- Методика обучения бегу на короткие дистанции.
- Методика обучения спортивной ходьбе.
- Методика обучения технике и тактике бега на длинные дистанции.
- Методика обучения технике и тактике бега на короткие дистанции.
- Методика обучения технике и тактике бега на средние дистанции.
- Методика организации и отбора детей для занятий легкой атлетикой.
- Методика проведения секционной работы в общеобразовательной школе по легкой атлетике.
- Методика развития основных физических качеств (по выбору студента: быстрота, ловкость, выносливость) на уроках легкой атлетики в начальной, средней, старшей школе.
- Методика развития физических качеств на уроках легкой атлетики в общеобразовательной школе.
- Методы повышения моторной плотности занятий по легкой атлетике с учащимися средней и старшей возрастных групп общеобразовательной школы.
- Методы развития быстроты у легкоатлетов.
- Общие основы легкоатлетических видов.
- Организация и методы проведения уроков по легкой атлетике в начальной, средней, старшей школе (по выбору студента).
- Основы техники легкоатлетических видов спорта.
- Основные движущие силы спортсмена при ходьбе и беге.
- Основные педагогические (дидактические) принципы, используемые в занятиях легкой атлетикой.
- Основные понятия и термины в теории и методике легкой атлетики.
- Основные понятия и термины в теории и методике легкой атлетики.
- Основы техники легкоатлетических видов (по выбору студента).
- Особенности физического развития юных легкоатлетов.
- Отбор и спортивная ориентация в легкой атлетике.
- Педагогические основы беговых легкоатлетических видов (оздоровительные, образовательные, воспитательные).
- Планирование учебной работы по легкой атлетике в различных классах (по выбору студента).
- Приемы регулирования физической нагрузки на уроках по легкой атлетике в общеобразовательной школе.
- Применение легкоатлетических упражнений в системе подготовки спортсменов различных видов спорта.
- Применение легкоатлетических упражнений в физическом воспитании детей младшего школьного возраста.
- Принципы обучения.
- Пути повышения эффективности школьных уроков легкоатлетической направленности.

- Развитие специальной гибкости.
- Самоконтроль на занятиях легкой атлетикой.
- Совершенствование скоростной выносливости. Техника эстафетного бега.
- Совершенствование техники выполнения контрольных нормативов.
- Соревновательная деятельность в легкоатлетических видах.
- Соревновательная деятельность в легкой атлетике.
- Тактическая подготовка спортсменов-легкоатлетов.
- Техника бега на короткие дистанции
- Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.
- Техническая подготовка спортсменов-легкоатлетов.
- Тренажеры и тренажерные устройства в физической подготовленности легкоатлетов.
- Физическая подготовка спортсменов-легкоатлетов.
- Эффективность применения игрового метода на занятиях по легкой атлетике.

3.3.4.2 Типовые (примерные) темы для творческих аттестационных работ:

- Проанализируйте содержание учебного материала по легкой атлетике комплексной программы физического воспитания учащихся общеобразовательных школ;
- Опишите методы повышения плотности занятий по легкой атлетике с учащимися различных возрастных групп;
- Охарактеризуйте совершенствование методики проведения уроков по легкой атлетике в общеобразовательной школе;
- Опишите круговой метод организации занятий и его применение на уроках легкой атлетики в школе;
- Охарактеризуйте особенности занятий с юными легкоатлетами;
- Охарактеризуйте методы самоконтроля в процессе спортивных тренировок, их задачи, содержание и формы проведения.

### **3.4 Методические материалы по процедурам оценивания**

3.4.1 Методика (в том числе технологические и организационные аспекты), определяющая процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, установлены положениями об организации образовательной деятельности по программам высшего образования, о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации, о балльно-рейтинговой системе аттестации, о фонде оценочных средств и изданными в соответствии с ними другими локальными нормативными актами, в т.ч. внутривузовскими стандартами, Академии ВЭГУ.

3.4.2 Обеспечение аттестации в Академии ВЭГУ должно удовлетворять, в первую очередь, требованиям нацеленности на результат обучения, системности, унификации и объективности, что на практике означает следующие:

- применение единых критериев оценивания по всем образовательным программам;
- сопряженность всех видов контрольно-измерительных материалов с конечными компетенциями и друг с другом (высокая степень валидности) и их репрезентативность с содержанием программы;
- выведение итоговых оценок по результатам проверки знаний, умений и навыков по всем дидактическим единицам оцениваемой программы;
- применение единых контрольно-измерительных материалов и процедур аттестации к обучающимся всех форм и технологий обучения;
- привлечение к осуществлению аттестации не задействованных в под-процессе обучения обучающихся, в т.ч. практикующих специалистов необразовательных организаций;
- широкое применение инструментальной среды;
- обязательная экспертиза текстов письменных работ (и других видов оформления результатов проектирования) на авторство (отсутствие заимствований, плагиата, копирования);
- ежегодное обновление тем письменных работ.

Порядок разработки, использования и хранения контрольных измерительных материалов (включая требования к режиму их защиты, порядку и условиям размещения информации, содержащейся в контрольных измерительных материалах, в сети «Интернет») устанавливается в соответствии с федеральными требованиями положением Академии ВЭГУ о фонде оценочных средств.

3.4.3 При организации аттестации обучающихся в Академии ВЭГУ обязательно исполнение следующих положений:

- аттестации подлежат только образовательные программы, назначенные для данного аттестуемого (правилами приема, учебными планами и другими соответствующими документами);
- аттестацию может проводить только тот обучающий (эксперт), который закреплен для данной процедуры по данной группе аттестуемых;
- аттестация проводится только с использованием утвержденных контрольно-измерительных материалов и по утвержденной форме и процедуре;
- аттестация проводится только для тех обучающихся, которые имеют соответствующий допуск;
- результаты аттестации должны быть зафиксированы в утвержденных для этого документах.

## 4. Информационные ресурсы

### 4.1 Основная учебная литература

№ п/п	Выходные данные основной учебной литературы	Адрес доступа к полнотекстовому варианту в Электронно-библиотечной системе Академии ВЭГУ
1	Легкая атлетика : учебное пособие: / А.П. Кизько,	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?pa">https://biblioclub.ru/index.php?pa</a>

	Л.Г. Забелина, А.В. Тертычный, В.А. Косарев ; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2018. – 156 с.	<a href="#">ge=book&amp;id=576711</a>
2	Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 189 с.	<a href="https://urait.ru/bcode/454001">https://urait.ru/bcode/454001</a>
3	Электронный курс по данной дисциплине, специально разработанный в Академии ВЭГУ и размещённый в ЭБС	<a href="https://moodle.vegu.ru/course/view.php?id=861">https://moodle.vegu.ru/course/view.php?id=861</a>

## 4.2 Дополнительная учебная литература

№ п/п	Выходные данные дополнительной учебной литературы	Адрес доступа к полнотекстовому варианту (в ЭБС Академии ВЭГУ или других ресурсах в сети «Интернет»)
1	Кравчук, В. И. Легкая атлетика : учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура» (раздел «Легкая атлетика») / В. И. Кравчук. — Челябинск : Челябинский государственный институт культуры, 2013. — 184 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/56428.html">http://www.iprbookshop.ru/56428.html</a>
2	Забелина, Л.Г. Легкая атлетика : учебное пособие : / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2010. – 59 с.	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=228993">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=228993</a>
3	Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика в школе : учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Г. Н. Германов. — Воронеж : Истоки, 2007. — 609 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/27257.html">http://www.iprbookshop.ru/27257.html</a>
4	Врублевский, Е.П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) / Е.П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с.	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=459995">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=459995</a>

## 4.3 Ресурсы сети «Интернет»

№ п/п	Наименование ресурса	Адрес доступа к полнотекстовому варианту (в ЭБС Академии ВЭГУ или других ресурсах в сети «Интернет»)
<b>Современные профессиональные базы</b>		
1	Министерство образования и науки РФ	<a href="https://минобрнауки.рф">https://минобрнауки.рф</a>
2	Федеральный портал проектов нормативных правовых актов	<a href="https://regulation.gov.ru">https://regulation.gov.ru</a>
3	Портал открытых данных	<a href="http://data.gov.ru">http://data.gov.ru</a>

4	Министерство образования РБ	<a href="https://education.bashkortostan.ru">https://education.bashkortostan.ru</a>
5	Управление по контролю и надзору в сфере образования РБ	<a href="https://control-education.bashkortostan.ru">https://control-education.bashkortostan.ru</a>
6	Росстат (Федеральная служба гос.статистики)	<a href="http://www.gks.ru">http://www.gks.ru</a>
7	Башстат	<a href="http://bashstat.gks.ru">http://bashstat.gks.ru</a>
8	Всероссийский образовательный «Портал педагога»	<a href="https://portalpedagoga.ru">https://portalpedagoga.ru</a>
9	Педагогический портал Всероссийский образовательный портал «Просвещение»	<a href="https://prosveshhenie.ru">https://prosveshhenie.ru</a>
10	Портал «Учитель-Воспитатель.РФ»	<a href="http://www.учитель-воспитатель.рф">www.учитель-воспитатель.рф</a>
11	МЦФЭР Ресурсы образования	<a href="https://www.resobr.ru">https://www.resobr.ru</a>
12	Учительский портал	<a href="http://www.uchportal.ru">http://www.uchportal.ru</a>
13	Педагогика	<a href="http://paidagogos.com">http://paidagogos.com</a>
14	Портал педагога	<a href="https://portalpedagoga.ru">https://portalpedagoga.ru</a>
15	Портал Педагогические инновации	<a href="https://педагогические-инновации.рф">https://педагогические-инновации.рф</a>
16	Современный учительский портал	<a href="https://easyen.ru">https://easyen.ru</a>
17	Сайт учителей физкультуры	<a href="http://fizkultura-na5.ru">http://fizkultura-na5.ru</a>
<b>Информационные справочные системы</b>		
1	Гарант	<a href="http://ivo.garant.ru">http://ivo.garant.ru</a>
2	Консультант+	<a href="https://www.consultant.ru">https://www.consultant.ru</a>
3	Официальный интернет-портал правовой информации	<a href="http://pravo.gov.ru">http://pravo.gov.ru</a>
<b>Иные ресурсы Интернет</b>		
1	Педагогическая библиотека	<a href="http://pedlib.ru">http://pedlib.ru</a>
2	Журнал Начальная школа	<a href="http://n-shkola.ru">http://n-shkola.ru</a>
3	Журнал Учитель Башкортостана	<a href="http://www.uchbash.ru">http://www.uchbash.ru</a>
4	Журнал «Обруч»	<a href="http://obruch.ru">http://obruch.ru</a>
5	Журнал «Вестник образования России»	<a href="http://vestniknews.ru">http://vestniknews.ru</a>
6	Российская государственная библиотека	<a href="http://www.rsl.ru">http://www.rsl.ru</a>
7	Библиотека МГУ им. М.В. Ломоносова	<a href="http://www.lib.msu.ru">http://www.lib.msu.ru</a>
8	Научная электронная библиотека	<a href="http://www.elibrari.ru">http://www.elibrari.ru</a>
9	Учительский журнал онлайн	<a href="http://www.teacherjournal.ru">http://www.teacherjournal.ru</a>

## 4.4 Информационные технологии

### 4.4.1 АСО Академии ВЭГУ

Образовательный процесс по данной дисциплине в Академии ВЭГУ ведется с широким использованием Автоматизированной системы обучения. В

частности, применяются следующие составные части (модули) АСО:

№ п/п	Полное наименование	Область применения в образовательной деятельности
1.	«1С-Битрикс: внутренний портал учебного заведения»	<p>Платформа для интеграции всех сервисов и создания виртуальных рабочих кабинетов участников образовательного процесса.</p> <p>1. Создание ЭИОС для обучающегося:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- редактирование индивидуального учебного плана, обучающегося;</li> <li>- изучение материалов по доступным дисциплинам (модулям) (электронный курс, материалы для самоконтроля и прохождения аттестации, расписание трансляций лекций, очных занятий и вебинаров, просмотр видео материалов);</li> <li>- средства электронных коммуникаций (форумы, комментарии, чат) для общения с участниками процесса обучения (в учебной и предметных группах);</li> <li>- просмотр электронной зачётной книжки;</li> <li>- получение информации о набранных кредитах (оценках);</li> <li>- автоматическое зачисление в предметные и учебные группы;</li> <li>- формирование портфолио обучающегося (данные по IMS ePortfolio Specification (<a href="http://www.imsglobal.org/ep/">http://www.imsglobal.org/ep/</a>);</li> <li>- биллинговая система (on-line оплата обучения, просмотр истории оплаты).</li> </ul> <p>2. Создание ЭИОС для обучающего:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- получение информации по нагрузке;</li> <li>- планирование и проведение вебинаров;</li> <li>- разработка и экспертиза контрольно-измерительных материалов (КИМ);</li> <li>- проверка эссе обучающихся;</li> <li>- средства электронных коммуникаций (форумы, комментарии, чат) для общения с участниками процесса обучения (в учебных и предметных группах);</li> <li>- публикация мультимедийного обучающего контента;</li> <li>- формирование персонального портфолио.</li> </ul> <p>3. Для организаторов образовательного процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- система мониторинга (получение информации об активности пользователей; организация опросов пользователей);</li> <li>- участие в группах (учебных, предметных, общих);</li> <li>- поддержка основных элементов коммуникаций (форумы, комментарии);</li> <li>- оценивание и организация объектов социальной сети;</li> <li>- отслеживание рейтингов и достижений;</li> <li>- публичное портфолио пользователя;</li> <li>- работа с заявками (отправка, отслеживание выполнения).</li> </ul>
2.	«Компас-В» на платформе «1С: Предприятие 8.2»	<p>Автоматизирует работу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приёмной комиссии (ведение базы абитуриентов, зачисление на обучение, финансовые и маркетинговые отчёты),</li> <li>- деканата (документооборот приказов по движению обучающихся, репозиторий документов обучающихся, оповещение обучающихся по электронной почте, SMS),</li> </ul>



		- учебно-методического управления (ведение базы преподавателей, формирование и учёт учебной нагрузки).
3.	Программный комплекс «Автоматизированная среда аттестации АСА»	<p>Автоматизирует процедуры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки, экспертизы и публичной экспертизы контрольно-измерительных материалов;</li> <li>- формирования и использования фонда оценочных средств по конкретным программам, дисциплинам (модулям, предметам, видам учебной работы);</li> <li>- проведения обучения с использованием балльно - рейтинговой системы (БРС);</li> <li>- допуска, проведения приема экзаменов, зачетов, письменных аттестационных работ;</li> <li>- видеопротоколирования процесса аттестации;</li> <li>- оформления документации по процессам аттестации (аттестационных ведомостей, заявлений на оплату выполненной обучающими работы, отчетов);</li> <li>- контроля успеваемости обучающихся;</li> <li>- мониторинга удовлетворенности обучающимися качеством контрольно-измерительных материалов и процедурами аттестации.</li> </ul>
4.	Система программных продуктов LMS Moodle	<p>Используется для:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- публикации электронных курсов;</li> <li>- просмотра результата прохождения электронного курса и последующего его учёта в рамках БРС.</li> </ul>
5.	Система автоматизации библиотек ИР-БИС64	<p>Используется для:</p> <p>организации доступа к электронной библиотеке для:</p> <p>просмотра полнотекстовых вариантов основной и дополнительной литературы;</p> <p>просмотра учебно-методических комплексов дисциплин.</p>
6.	Программный продукт Автоматизированная информационная система библиотеки «Электронная библиотека»	Используется для организации процесса разработки и обновления полнотекстовых электронных версий учебных материалов и рабочих программ дисциплин.
7.	Прикладное программное обеспечение "Мираполис"	<p>On-line сервис интегрированный в АСО, используется для:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организации и проведения вебинаров, интерактивных занятий, on-line консультаций и лекций;</li> <li>- просмотра записей вебинаров.</li> </ul>

#### 4.4.2. Специальные информационные технологии

Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по данной дисциплине, включает следующий перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Программный продукт	Договор
3D Home Architect Landscape Design Deluxe 6	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
7-Zip	лицензия GNU LGPL (Свободное ПО)
Adobe Acrobat Reader DC - Russian	лицензионное соглашение с компанией Adobe (Свободное ПО)
ArchiCAD 18 RUS	лицензионное соглашение с компанией GRAPHISOFT
AutoCAD 2016 — Русский (Russian)	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk 3ds Max 2015 Populate Data	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Advanced Material Library Image Library 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Alias AutoStudio 2016 64-bit	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk BIM 360 Glue AutoCAD 2016 Add-in 64 bit	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Material Library 2015	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Material Library 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Maya 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk ReCap 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Revit Interoperability for 3ds Max 2015	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk SketchBook Pro 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk VRED Design 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
CorelDRAW Graphics Suite X7 (64-Bit)	акт на передачу прав № 11 от 01 февраля 2012
FARO LS 1.1.502.0 (64bit)	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Google Chrome	лицензия LGPL (Свободное ПО)
Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows	лицензия № 1FB6-170208-101930-190-411
Microsoft Office 2007	лицензия № 43509314
Skype™ 7.17 7.17.105	лицензионное соглашение с компанией Microsoft (Свободное ПО)
Acrobat Reader X	лицензионное соглашение с компанией Adobe (Свободное ПО)

VLC	лицензия GNU LGPL (Свободное ПО)
Adobe InDesign CS4	Счет-фактура №Tr096423 от 21 декабря 2009
Alias AutoStudio 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
AutoCAD Architecture 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
AutoCADLT 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
ArCon Eleco +2010	акт на передачу прав № 11 от 01 февраля 2012
Adobe Photoshop 12.0	акт на передачу прав № 11 от 01 февраля 2012
Autodesk Populate data	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Vred design	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Dictionarist 1.0	Freeware (Свободное ПО)
QTranslate	Freeware (Свободное ПО)
XETRANSLATOR 3.7	Freeware (Свободное ПО)
NeoDic 1.6	Freeware (Свободное ПО)
OpenOffice 2.1	лицензия Apache License 2.0 (Свободное ПО)
Mozilla Firefox	лицензия GNU LGPL (Свободное ПО)
Statistica 10	Акт приема-передачи № 371 от 12 июля 2013
NVDA 2014.4	лицензия GNU GPL (Свободное ПО)
Microsoft Office 2003	лицензия № 17431073
Microsoft Windows 7 Professional Academic Open License	лицензия № 62875440
Microsoft Windows XP	лицензия № 47177761

#### **4.5 Материально-техническая база**

4.5.1 В процессе обучения данной дисциплины используется специальный виртуальный учебный кабинет – предметная группа модуля «Кампус ВЭГУ 24» (далее – ПГ).

4.5.2 Информационно-предметная среда ПГ размещается в разделах меню ПГ, а так же в разделах и подразделах меню «Кампус ВЭГУ 24».

Размещение материалов (или обеспечение прямого доступа к информационным ресурсам) в разделах меню «Кампус ВЭГУ 24» осуществляется в централизованном порядке структурными подразделениями Академии ВЭГУ (материалы Электронно-библиотечной системы, локальные нормативные акты Академии ВЭГУ, записи проведенных учебных занятий и т.п.).

В разделах меню ПГ размещение материалов организовывается преподавателем, являющимся владельцем данной ПГ (т.е. закрепленным за реализацией данной дисциплины).

4.5.3 Взаимодействие обучающихся в ПГ осуществляется на принципах тьюторинга и интерактива.

Тьюторинг осуществляется посредством постановки преподавателем задач перед обучающимся, консультирования, проверки и оценивания исполнения задач.

Интерактивный метод обучения обеспечивается организацией преподавателем в ПГ взаимодействия обучающихся друг с другом в сфере освоения программы дисциплины в разных формах и способах, в т.ч.:

- обязательных в рамках этапа (контрольных точек) БРС и факультативных занятий в форме дискуссий, групповой (командной) творческой работы, группового проектирования, кейс-метода, «мозгового штурма» или игры;
- широким использованием ПГ для общего обмена мнениями при постоянном контроле со стороны преподавателя и корректировки оценок и поощрения лучших сообщений;
- вовлечения обучающихся в формирование базы знаний.

4.5.4 Для ведения образовательной деятельности в учебных корпусах Академии ВЭГУ имеются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Они укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, в т.ч. презентации ППС по дисциплине. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду Академии ВЭГУ.

Полный перечень материально-технического обеспечения по дисциплине указан в Справке о материально-техническом обеспечении основной профессиональной образовательной программы высшего образования.

## **5. Методические указания обучающемуся**

В рамках дисциплины предполагается изучение следующих разделов:

1. Основы лёгкой атлетики как вида спорта;
2. Техника лёгкоатлетических видов спорта;
3. Методика обучения технике лёгкоатлетических видов спорта.

Ключевыми понятиями раздела «Основы лёгкой атлетики как вида спорта» являются: лёгкая атлетика, история, физическое воспитание, спорт, соревнования, правила.

Изучая раздел 1, студент познакомится: историей развития лёгкой атлетики, общими вопросами теории и методики лёгкой атлетики, классификацией

и характеристикой лёгкоатлетических видов спорта.

Выполняя практические задания раздела, необходимо придерживаться следующего алгоритма: анализ общих основ требований к организации учебно-тренировочной работы, основы техники безопасности, обучение техническим приёмам.

Ключевыми понятиями раздела 2 «Техника лёгкоатлетических видов спорта» являются: техника, тактика, организация, тренировочный процесс.

Изучая раздел 2, студент познакомится: основами техники спортивной ходьбы и бега, технике прыжков, техники метаний.

Выполняя практические задания раздела, необходимо придерживаться следующего алгоритма: анализ общих основ требований к организации учебно-тренировочной работы, основы техники безопасности, обучение техническим приёмам.

Ключевыми понятиями раздела 3 «Методика обучения технике лёгкоатлетических видов спорта» являются: техника, методика, средства, формы, занятия, безопасность, тренировочный процесс.

Изучая раздел 3, студент познакомится: основами методики обучения, средствами, методами, задачами обучения, формами занятий, мерами безопасности.

Выполняя практические задания раздела, необходимо придерживаться следующего алгоритма: анализ общих основ требований к организации учебно-тренировочной работы, основы техники безопасности, обучение техническим приёмам.

По каждому разделу предусмотрено выполнение студентами различных видов самостоятельной работы.

- самостоятельная работа во время основных аудиторных занятий (лекций, семинаров, лабораторных работ);
- самостоятельная работа под контролем преподавателя в форме плановых консультаций и творческих контактов;
- внеаудиторная самостоятельная работа при выполнении студентом домашних заданий учебного и творческого характера.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды аттестации:

для направления Педагогическое образование – промежуточная аттестация в форме зачёта и написания курсовой работы (7 семестр) и экзамена (8 семестр).

Для подготовки к аттестации рекомендуется:

- изучить лекционный и практический материал;
- изучить материалы, представленные по данной дисциплине в библиотеке Академии ВЭГУ или воспользоваться электронной библиотекой;
- использовать самообучающие программы;
- контролировать уровень своих знаний тестами-тренингами.

## **6. Особенности освоения дисциплины (модуля) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.**

6.1 Выбор методов обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов определяются исходя из их доступности для данной категории обучающихся, определяется содержанием обучения, исходным уровнем имеющихся знаний, уровнем профессиональной подготовки педагогов, особенностями восприятия информации обучающимися. В образовательном процессе предполагается использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социальной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата.

6.2 В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

– размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;

– присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: – надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

– возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения, а также пребывание в указанных помещениях.

6.3 Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

6.4 Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории обучающихся	Формы предоставления
С нарушением слуха	в печатной форме; в форме электронного документа
С нарушением зрения	в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла;
С нарушением опорно-двигательного аппарата	в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла;

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

6.5 Процедура промежуточной аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку к промежуточной аттестации, а также предоставляется дополнительное время для подготовки ответа в ходе контроля текущей успеваемости и промежуточной аттестации.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

1. инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, устно с использованием услуг сурдопереводчика);

2. доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);

3. доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов. Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

6.6 Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах, а также предоставляются бесплатно специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература и специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

## **7. Методические рекомендации по оформлению курсовой работы**

### **Структура и содержание курсовой работы**

#### **Курсовая работа должна отвечать следующим требованиям:**

выполняться согласно методических указаний с использованием законодательных актов, нормативных материалов, учебников и учебных пособий отечественных и зарубежных авторов, периодических изданий;

практический материал и теоретическая часть должны быть проработаны и органически связаны с выбранной тематикой;

представлять собой законченную разработку с самостоятельными выводами. В противном случае работа не допускается к защите и возвращается студенту на переработку:

Курсовая работа содержит следующие основные разделы:

введение;

основную часть;

заключение.

**Во введении** кратко обосновывается целесообразность выбора темы работы, ее значимость и актуальность, степень изученности в отечественной и мировой теории и практике. Должна быть четко определена цель и сформулированы задачи исследуемой проблемы. Объем введения не должен превышать трех страниц печатного текста.

**Основная часть** работы делится на разделы, подразделы и пункты. Каждый элемент основной части (раздел, подраздел, пункт) должен представлять собой законченный в смысловом отношении фрагмент работы. В структуре основной части должно быть выделено не менее двух разделов, а в их составе не менее двух подразделов.

Основная часть работы начинается с обзора литературы по выбранной тематике, в котором полно и систематизировано излагается состояние вопроса, проводится анализ нормативных и законодательных актов, данных учебной и специальной литературы, периодической печати. Обзор литературы предполагает сравнение и сопоставление мнений отечественных и зарубежных авторов по исследуемому вопросу, оценку противоречивых сведений, содержащихся в различных информационных источниках.

Следующие разделы должны включать анализ маркетинговой ситуации на конкретном предприятии, в конкретном регионе или на рынке определенного товара, услуги (по выбору студента). В завершении приводятся рекомендации по совершенствованию рассмотренной ситуации.

Анализ ситуации предполагает использование имеющейся на данный момент нормативной и законодательной базы; использование изложенных в предшествующих частях работы теоретических методов и подходов; практические примеры, наглядно демонстрирующие преимущество предложенного решения.

**В заключении** обосновывается возможность внедрения в практику предложений и мероприятий, разработанных студентом по устранению недостатков в разрезе рассматриваемой проблемы, формулируются основные выводы и предложения по результатам исследования. Выводы должны быть краткими. Объем заключения составляет не более трех страниц.

### **Порядок выполнения, рецензирования и защиты курсовой работы**

Тема работы выбирается студентом самостоятельно, исходя из предложенной тематики. Студент имеет право предложить свою тему работы, обосно-



вав выбор и согласовав ее с руководителем работы. Тематика курсовой работы должна выбираться с учетом ее дальнейшей разработки дипломной работы. Курсовая работа должна носить исследовательский характер, раскрывая не только теоретические, но и практические аспекты выбранной темы.

Студент выполняет курсовую работу под руководством преподавателя в соответствии с утвержденным графиком. Перед выполнением работы составляется ее план и согласовывается с руководителем работы. Текущее руководство курсовой работой заключается в систематических консультациях с целью оказания организационной и научно-методической помощи студенту, контроля за выполнением работы в соответствии с графиком, проверки содержания и оформления завершенной работы.

При выполнении курсовой работы студент должен:

собрать информацию по теме;

изучить и проанализировать собранные материалы;

систематизировать и обобщить имеющуюся информацию;

самостоятельно решить поставленные задачи;

логически обосновать и сформулировать выводы, предложения и рекомендации.

Готовая курсовая работа сдается на проверку руководителю работы не позднее, чем за пять дней до защиты. Проверка работы перед защитой является обязательной. Работа проверяется руководителем в течение 2-3 дней и возвращается студенту подписанной и допущенной к защите. При незначительных замечаниях студентом вносятся исправления. Курсовая работа не допускается к защите в случаях непредставления работы на проверку в установленный срок, грубых нарушений правил оформления курсовой работы.

Общие требования

Курсовая работа оформляется на листах белой бумаги формата А4 (210х297). Текст располагается на одной стороне листа. Компьютерный набор осуществляется шрифтом «Times New Roman» (обычный). Размер шрифта – 14, междустрочный интервал – полуторный. Размеры полей следующие: верхнее – 10 мм, нижнее – 10 мм, левое – 30 мм, правое – 10 мм.

Все страницы курсовой работы нумеруются арабскими цифрами, включая список использованных источников и приложения. Номер страницы проставляется в правом верхнем углу без точки.

**Титульный лист** содержит следующие сведения:

полное наименование вуза, кафедры;

название вида документа (курсовая работа);

название дисциплины («Теория и технологии экологического образования детей»);

название темы курсовой работы;

сведения об исполнителе;

сведения о руководителе;

сведения о допуске работы к защите и результатах защиты (проставляет руководитель работы);

год выполнения.

Титульный лист включается в общую нумерацию страниц, но номер на нем не проставляется. Образец титульного листа дан в приложении А.

**Содержание** помещается после титульного листа и включает номера и наименования разделов и подразделов с указанием номеров листов (страниц). Слово «Содержание» записывается в виде заголовка прописными буквами и располагается симметрично текста. Наименования разделов и подразделов, включенные в содержание, записываются строчными буквами, начиная с прописной. Над номерами страниц слово «Страница» или «Стр.» не ставятся.

Содержание включается в общую нумерацию страниц.

**Текст основной части работы** должен быть разделен на абзацы, которые начинаются отступом, равным пяти буквам (10 мм).

Текст работы разбивается на разделы, подразделы и пункты, которые должны иметь порядковые номера.

**Разделы** нумеруются в пределах всей работы арабскими цифрами, после которых ставится точка. Заголовки разделов печатаются прописными буквами, начертанием - полужирным и располагаются симметрично текста. Каждый раздел рекомендуется начинать с нового листа.

Подразделы нумеруются в пределах каждого раздела двумя арабскими цифрами, разделенными точкой. Первая цифра обозначает номер раздела, вторая – номер подраздела. В конце номера подраздела ставится точка. Заголовки подразделов печатаются строчными буквами (кроме первой), начертанием - полужирным и располагаются с начала абзаца.

**Пункты** нумеруются в пределах каждого подраздела тремя арабскими цифрами, разделенными точками. Первая цифра обозначает номер раздела, вторая – номер подраздела, третья – номер пункта. В конце номера пункта ставится точка. Заголовки пункта печатаются строчными буквами (кроме первой), начертанием - полужирным и располагаются с начала абзаца.

Заголовки разделов, подразделов и пунктов отделяются от основного текста сверху и снизу двумя пробелами. В конце заголовков разделов, подразделов и пунктов точки не ставятся. Подчеркивать заголовки и переносить слова в них не допускается. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой.

Не разрешается помещать заголовки отдельно от следующего за ними текста. На странице, где приводится заголовок, должно быть не менее двух строк последующего текста.

Проректор по учебно-научной и  
воспитательной работе



А.О. Целищев

Частное образовательное учреждение высшего образования  
ВОСТОЧНАЯ ЭКОНОМИКО-ЮРИДИЧЕСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ  
АКАДЕМИЯ  
(Академия ВЭГУ)

Кафедра педагогики и психологии

Направление: 44.03.01 – Педагогическое образование

Профиль: Физическая культура

КУРСОВАЯ РАБОТА

По дисциплине: Теория и методика лёгкой атлетики

На тему: «Организация и проведение отбора детей для занятий легкой атлетикой»

Выполнил студент

3 курса заочного отделения

прием С-15

Иванов А.А.

Проверил: Ф.И.О. (преподавателя)

Уфа – 2021