

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.В.ДВ.05.02 Элективные дисциплины по физической культуре
и спорту. Легкая атлетика»

1. Цели и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины (модуля) «Легкая атлетика» является формирование способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Легкая атлетика» относится к «части, формируемой участниками образовательных отношений», дисциплины (модули) по выбору 5 (ДВ.5) Элективные дисциплины по физической культуре и спорту Блока 1 «Дисциплины (модули)».

Для освоения данной дисциплины (модуля) необходимы результаты обучения, полученные в предшествующих дисциплинах (модулях): «Физическая культура и спорт».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с установленными в образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИУК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности регулярными занятиями физической культурой	Знать: роль и значение физической культуры и спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности Уметь: управлять своим физическим здоровьем, самостоятельно заниматься различными упражнениями и видами спорта Владеть: навыками поддержания физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности регулярными занятиями физической культурой
	ИУК-7.2. Использует основы	Знать: основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии

	физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации социальной и профессиональной деятельности	<p>Уметь: использовать основы физической культуры для выбора здоровьесберегающих технологий</p> <p>Владеть: навыками основ физической культуры для выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации социальной и профессиональной деятельности</p>
--	---	--

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Структура дисциплины

4.1.1. Объем дисциплины и виды учебной работы по очной форме обучения:

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр					
		№ 1 часов	№ 2 часов	№ 3 часов	№ 4 часов	№ 5 часов	№ 6 часов
Контактная работа (всего):	106	17	19	17	18	17	18
В том числе:							
Лекции (Л)	-	-	-	-	-	-	-
Практические занятия (Пр)	106	17	19	17	18	17	18
Лабораторная работа (Лаб)	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа обучающихся (СР)	222	37	35	37	36	37	40
Промежуточная аттестация	Форма промежуточной аттестации	3	3	3	3	3	3
	Количество часов	-	-	-	-	-	-
Общая трудоемкость дисциплины (модуля)	Часы	238	54	54	54	54	58
	Зачетные единицы	-	-	-	-	-	-

4.2. Содержание дисциплины (модуля):

4.2.1. Содержание дисциплины (модуля) по очной форме обучения:

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 1. Лёгкая атлетика как вид спорта и часть физической культуры	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	-	8	-	30	подготовка к устному опросу, написание реферата	устный опрос, реферат
Тема 2. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике.	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	-	8	-	30	подготовка к устному опросу, написание реферата	устный опрос, реферат
Тема 3. Основные методы формирования двигательных навыков в легкоатлетических упражнениях	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	-	17	-	30	подготовка к устному опросу, написание реферата	устный опрос, реферат
Тема 4. Основы техники легкоатлетических видов.	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	-	15	-	30	подготовка к устному опросу, написание реферата	устный опрос, реферат
Тема 5. Бег на короткие дистанции как средство воспитания быстроты. Техника и методика обучения.	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	-	17	-	30	подготовка к устному опросу, написание реферата, Тест на скоростно-силовую подготовленность: Бег – 100 м (сек.)	устный опрос, реферат, бег на 100 м.
Тема 6. Бег на средние и длинные дистанции и спортивная ходьба как основные средства воспитания выносливости. Техника и методика обучения	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	-	15	-	30	подготовка к устному опросу, написание реферата, Тест на общую выносливость: (мин. с.), Тест на общую выносливость: Бег 3000 м (мин. с.)	устный опрос, реферат, бег на 2000 м., бег на 3000 м.

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 7. Барьерный бег и упражнения с барьерами как средство развития гибкости, ловкости. Координации и быстроты движений. Техника и методика обучения.	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	-	14	-	30	подготовка к устному опросу, написание реферата	устный опрос, реферат
Обобщающее занятие	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	-	12	-	12	подготовка к зачету	зачет
ВСЕГО ЧАСОВ:		-	106		222	-	-

5. Оценочные средства для проведения текущей и промежуточной аттестации

Код контролируемого индикатора освоения компетенции	Наименование оценочного средства для проведения текущей аттестации	Наименование оценочного средства для проведения промежуточной аттестации
УК-7	Тестовые задания, контрольные упражнения, вопросы для контроля знаний.	Зачет

Критерии оценивания результата обучения по дисциплине и шкала оценивания

Код контролируемой компетенции	Критерии оценивания результата обучения по дисциплине и шкала оценивания			
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено		зачтено	
УК-7. Способен поддерживать должный	Отсутствие или фрагментарная способность поддерживать	Неполная способность поддерживать должный	Сформированная, но содержащая отдельные	Сформированная систематическая

<p>уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>пробелы способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
--	--	--	---	---