

Аннотация
рабочей программы дисциплины
Б1.В.ДВ.04.02 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту.
Легкая атлетика

Цели и задачи дисциплины:

Целью изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Легкая атлетика» – изучить основы техники легкоатлетических видов спорта, проведение соревнований по легкой атлетике, изучить основы методики обучения легкоатлетических видов.

Задачи дисциплины:

- познакомить с лёгкой атлетикой как видом спорта;
- освоить технику, овладеть методикой обучения технике бега, прыжков и метаний, методикой воспитания физических качеств и способностей средствами легкой атлетики;
- научиться организации и судейству соревнований по легкой атлетике.

Место дисциплины в структуре ОПОП ВО:

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Легкая атлетика» относится к части дисциплин, формируемых участниками образовательных отношений дисциплины по выбору. Для успешного освоения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, полученные в рамках освоения общеобразовательной школьной программы, а также знания, умения и навыки, полученные при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт».

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Задача профессиональной деятельности	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7.2 Применяет средства и методы физической культуры для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. УК-7.3 Использует основы физической культуры для осознанного выбора	Знать: – важнейшие этапы развития лёгкой атлетики как вида спорта, историю развития лёгкой атлетики в мире, стране, регионе; – структуру, место и значение лёгкой атлетики в системе физического воспитания; – санитарно-гигиенические условия занятий лёгкой атлетикой; – основы теории и методики обучения технике легкоатлетических упражнений; – факторы и причины травматизма в лёгкой атлетике; – организационные основы проведения соревнований

		<p>здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>	<p>по лёгкой атлетике.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – оценить современные достижения в совершенствовании техники, методики обучения и тренировки в лёгкой атлетике на основе знания исторического контекста; – использовать накопленные в области физической культуры и спорта навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма; – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму. <p>Иметь навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать; – методиками самостоятельных занятий и самоконтроля над состоянием своего организма.
--	--	---	---

Общая трудоемкость дисциплины: составляет 328 часов.

Структура дисциплины: Тема 1. Лёгкая атлетика как вид спорта. Тема 2. Спортивная ходьба. Тема 3. Бег. Тема 4. Прыжки. Тема 5. Эстафетный бег. Тема 6. Метание мяча.

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-7.1, УК-7.2., УК-7.3	Вопросы для контроля знаний, тестовые задания, выполнение нормативов, рефераты, задания для контрольной работы.	Зачет