

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Смышнов Константин Михайлович

Должность: Декан факультета физической культуры и спорта

Дата подписания: 18.06.2026 12:44:58

Уникальный программный ключ:

929927c8ae4e55eb4d3ec0e00ff6bb638ca3a4d1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической
культуры и спорта, кандидат
педагогических наук, доцент
Смышнов К.М.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Физкультурно-спортивное совершенствование в базовых видах спорта: лёгкая атлетика

Направление подготовки	<u>49.03.01 Физическая культура</u>	
Направленность (профиль)	<u>Спортивная тренировка</u>	
Год начала обучения	<u>2026</u>	
Форма обучения	очная	заочная
Реализуется в семестре	<u>4-7</u>	<u>4-7</u>

Разработано

Кандидат педагогических наук, эксперт
кафедры теории и методики спорта, доцент
кафедры теории и методики спорта
Зубенко В.И.

Ставрополь, 2026

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Физкультурно-спортивное совершенствование в базовых видах спорта: лёгкая атлетика» является формирование профессиональной компетенции по реализации легкоатлетического раздела программы в соответствии с требованиями образовательных стандартов будущими бакалаврами по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура и профилю «Спортивная тренировка».

Задачи дисциплины:

- сформировать умения и навыки организации, проведения и судейства соревнований по лёгкой атлетике;
- совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, технику движений, способы ведения тактического соперничества;
- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.В.04 «Физкультурно-спортивное совершенствование в базовых видах спорта: лёгкая атлетика» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 _{УК-7} выбирает здоровьесберегающие технологии для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности с учетом физиологических особенностей организма и условий жизнедеятельности	Знает здоровьесберегающие технологии для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности с учетом физиологических особенностей организма и условий жизнедеятельности
	ИД-2 _{УК-7} планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности в профессиональной деятельности	Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности в профессиональной деятельности
	ИД-3 _{УК-7} поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	Владеет навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для

	социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни
ПК-2 Способен совершенствовать спортивное мастерство в процессе тренировочной и соревновательной деятельности	ИД-1_{ПК-2} Демонстрирует знания средств и методов повышения спортивного мастерства в процессе тренировочной и соревновательной деятельности ИД-2_{ПК-2} Осуществляет повышение функциональных возможностей организма спортсменов, совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовленности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности ИД-3_{ПК-2} Обеспечивает стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на соревнованиях различного уровня, поддержание высокого уровня спортивной мотивации, сохранение здоровья спортсменов	Демонстрирует знания средств и методов повышения спортивного мастерства в процессе тренировочной и соревновательной деятельности Осуществляет повышение функциональных возможностей организма спортсменов, совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовленности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности Обеспечивает стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на соревнованиях различного уровня, поддержание высокого уровня спортивной мотивации, сохранение здоровья спортсменов
ПК-6 Способен реализовывать основные образовательные программы с использованием современных образовательных технологий	ИД-1_{ПК-6} Демонстрирует знания общих требований к реализации основных образовательных программ ИД-2_{ПК-6} Применяет в учебном процессе современные образовательные технологии	Демонстрирует знания общих требований к реализации основных образовательных программ Применяет в учебном процессе современные образовательные технологии
ПК-7 Способен использовать современные цифровые технологии,	ИД-1 _{ПК-7} ориентируется в современных тенденциях развития цифровых технологий, выбирает технологии или	Ориентируется в современных тенденциях развития цифровых технологий, выбирает

специализированное программное обеспечение, методы искусственного интеллекта и машинного обучения в профессиональной деятельности	программные средства для решения поставленных задач ИД-2_{ПК-7} применяет при решении задач профессиональной деятельности специализированное программное обеспечение и методы искусственного интеллекта ИД-3_{ПК-7} владеет навыками создания баз знаний в предметной области	технологии или программные средства для решения поставленных задач Применяет при решении задач профессиональной деятельности специализированное программное обеспечение и методы искусственного интеллекта Владеет навыками создания баз знаний в предметной области
---	--	---

4. Объём учебной дисциплины (модуля) и формы контроля *

Объём занятий: 9 з.е., всего: 324 астр.ч.	ОФО, в астр. часах	ОЗФО в астр. часах
Контактная работа:	162	24
Лекции/из них практическая подготовка	12	2
Лабораторных работ/из них практическая подготовка		
Практических занятий/из них практическая подготовка	150/16	22
Самостоятельная работа	126	291
Формы контроля		
Экзамен	36	9
Зачет	+	+

* Дисциплина (модуль) предусматривает применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (если иное не установлено образовательным стандартом)

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием количества часов и видов занятий

5.1. Тематический план дисциплины (модуля)

№	Раздел (тема) дисциплины и краткое содержание	Формируемые компетенции, индикаторы	очная форма				заочная форма				Формы текущего контроля
			Контактная работа обучающихся с преподавателем /из них в форме практической подготовки, часов			Самостоятельная работа, часов	Контактная работа обучающихся с преподавателем /из них в форме практической подготовки, часов			Самостоятельная работа, часов	
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы		Лекции	Практические занятия	Лабораторные		
			4 семестр				4 семестр				
				36		36		4		68	
1	Совершенствование спортивно-технического мастерства в спортивной ходьбе. Повышение уровня общей и специальной физической подготовленности на фоне постепенного увеличения отрезков ходьбы (от 400 м до 2000 м) с возможным включением подъёмов и спусков различной крутизны.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2		2		4	Тестирование
2	Совершенствование спортивно-	УК-7 ПК-2		2		2		2		4	Тестирование

	технического мастерства в беге на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых способностей. Совершенствование индивидуальных технических действий в каждой из фаз бега на короткие дистанции.	ПК-6 ПК-7									
3	Вспомогательные упражнения к повышению эффективности спринтерского бега. Устранение возможных ошибочных действий в индивидуальном техническом исполнении упражнений.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
5	Совершенствование спортивно-технического мастерства в беге на короткие дистанции. Бег на различные дистанции с хода, без команды, по команде, без учёта и с учётом времени с фиксацией ЧСС.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
6	Бег с хода 10, 20, 30, 60 м с фиксацией времени, без команды, по команде, без учёта и с учётом времени с фиксацией ЧСС.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
7	Бег с хода 30 м, 60 м + «горка» с фиксацией времени, без команды, по команде, без учёта и с учётом времени с фиксацией ЧСС.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
8	Бег 60 м, 200 м, 30 м + «горка» с фиксацией времени, без команды, по команде, без учёта и с учётом времени с фиксацией ЧСС.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
9	Бег 100 м, 300 м, 30 м + «горка»	УК-7 ПК-2		2		2				4	Тестирование

	с фиксацией времени, без команды, по команде, без учёта и с учётом времени с фиксацией ЧСС.	ПК-6 ПК-7									
10	Бег 150 м, 400 м, 30 м + «горка» с фиксацией времени, без команды, по команде, без учёта и с учётом времени с фиксацией ЧСС.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
11	Бег 400+300+200+100 м с фиксацией времени, без команды, по команде, без учёта и с учётом времени с фиксацией ЧСС.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
12	Бег 800+400+200+100 м с фиксацией времени, без команды, по команде, без учёта и с учётом времени с фиксацией ЧСС.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
13	Совершенствование спортивно-технического мастерства в кроссовом беге. Развитие специальной выносливости, скорости, ловкости, координационных способностей. - бег по различному грунту и с изменением рельефа местности на различные дистанции; - бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий; - преодоление подъёмов и спусков;	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
14	Кроссовый бег без учёта и с учётом времени: - девушки 2000-4000 м;	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	- юноши 3000-6000 м. - выполнение старта и стартового ускорения при старте группой; - длительный равномерный и переменный бег по пересеченной местности.										
15	Проведение видовых соревнований по легкоатлетическому бегу и спортивной ходьбе в рамках «Дня бегуна и скорохода» с включением в программу соревнований дистанций в беге на 2000 и 6000 метров	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
16	Бег на результат с фиксацией времени прохождения каждого отрезка дистанции:- 100 – 600 м (д, ю)	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
17	- Бег на результат с фиксацией времени прохождения каждого отрезка дистанции: 800-1000 м (девушки), 1000-1500 м (юноши) - бег с постановкой ног на дорожку по одной линии носками вперёд, «вырастая» вверх; - ускоренный бег с проталкиванием вперёд до полного разгибания толчковой ноги; - прыжки с ноги на ногу проталкиваясь вперёд до полного выпрямления толчковой ноги; бег с забрасыванием голени назад; бег с высоким подниманием бедра; - бег с высокого старта на отрезках 30-60 м (по прямой и повороту), в группе и поодиночке;	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	- бег со старта на отрезках 300-800 м с финишным ускорением в конце дистанции; - бег с различной интенсивностью и объёмом беговой работы на коротких, средних и длинных отрезках с различными интервалами отдыха; - контрольный бег на соревновательные дистанции										
18	- ходьба с различной скоростью на различных отрезках с различными акцентами; - ходьба по пересечённой местности на подъёмах и со спусков различной крутизны с различным соотношением длины и частоты шагов для сохранения скорости передвижения; - спортивная ходьба с различной скоростью на отрезках 100-1000 м, в том числе с преодолением подъёмов и спусков различной крутизны. на результат с фиксацией времени прохождения каждого отрезка дистанции: - в спортивной ходьбе на 400 м (д, ю) - 1000 м (д, ю)	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2					Тестирование
	ИТОГО за 4 семестр			36		36		4		68	
			5 семестр				5 семестр				
				36		36		6		66	
19	- Совершенствование спортивно-технического мастерства в прыжках в высоту с разбега способом «фосбери-флоп». - бег по кругу радиусом 12-15 м с	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2		2		4	Тестирование

	постепенным уменьшением крутизны дуги до 10-8 м; - свободное ускорение по прямой с переходом на дугу поворота на последних 3-5 шагах разбега; - упражнения к овладению техникой отталкивания, стоя у опоры, на месте, в ходьбе, беге; - имитация положения выхода на планку; - упражнения для овладения техникой перехода через планку, акробатические упражнения; - прыжки через планку с короткого и полного разбега на результат.										
20	Совершенствование спортивно-технического мастерства в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги». - имитация движений при отталкивании на месте и в движении; - прыжки в длину с 2, 3 и 5 шагов разбега; - прыжки в длину с места; - прыжки в длину с короткого и среднего разбега; - повторное пробегание полного разбега без отталкивания, тоже с отталкиванием; - упражнения для овладения техникой полётной части прыжка; - прыжки в длину с полного разбега на результат; - различные беговые и прыжковые упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей, подводящие и	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	имитационные упражнения к овладению элементами техники прыжка.										
21	Совершенствование спортивно-технического мастерства в тройном прыжке в длину с разбега. - прыжок в длину с места, 2-й с места, 3-й с места, 5-й с места, 10-й прыжок с места и на время, прыжок в высоту с места; - многоскоки на одной ноге – «скачки»; - многоскоки с ноги на ногу – «шаги»; - многоскоки в сочетании «скачок» - «шаг» - «скачок» со сменой ног; - спрыгивания с возвышения с последующим выполнением тройного прыжка; - двойной, тройной и пятерной прыжок с короткого и среднего разбега; - выполнение прыжка в сочетаниях «скачок» - «шаг» и «шаг» - «прыжок» со среднего разбега; - повторные отталкивания на дорожке через 1, 2, 3 беговых шага; - прыжок в длину с маховой ноги с 5, 7, 9 беговых шагов; - «скачок» с приземлением на одну ногу с 7, 9, 11 шагов разбега; - выполнение сочетаний «скачок» - «шаг», «шаг» - «прыжок» с 5, 7, 9 шагов разбега с приземлением в яму и на результат в соревновательной форме с 9, 11 шагов разбега;	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2		2		4	Тестирование
22	Определение спортивно-технического	УК-7 ПК-2		2		2				4	Тестирование

	мастерства студентов в легкоатлетических прыжках. Основные упражнения при овладении техникой движений в полёте: - прыжки с короткого разбега (3-5 беговых шагов), после вылета «в шаге» необходимо опустить маховую ногу вниз-назад, а таз вынести вперёд и прогнуться, приземлиться на обе ноги, не стремясь активно выбросить их вперёд; - прыжки с короткого разбега, обращая внимание на опускание маховой ноги, прогиб и активное выбрасывание ног далеко вперёд во время приземления; руки при этом опустить вперед, вниз и назад; - прыжки с короткого разбега; - имитация движения ног в висе на кольцах или перекладине, следя за тем, чтобы во время опускания маховой ноги вниз таз выводился вперед, а плечи несколько отклонялись назад; - прыжки в целом с увеличением длины разбега, отталкиваясь от бруска.	ПК-6 ПК-7									
23	- Определение спортивно-технического мастерства студентов в легкоатлетических метаниях - толкание ядра с места; - имитация толкания ядра со скачка и без снаряда; - толкание ядра облегченного веса со скачка; - толкание ядра со скачка из круга,	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	соблюдая правила соревнований. - Особое внимание во время выполнения толкания ядра со скачка следует уделять закрытому положению после окончания этой фазы, сохранению наклона туловища во время скачка. - Совершенствование техники толкания ядра. - При совершенствовании техники толкания ядра в целом основными средствами будут: - специальные упражнения для совершенствования отдельных фаз без снаряда, со снарядом и на тренажерах; - толкание ядер различного веса из круга; - толкание ядра на результат.										
24	- Совершенствование спортивно-технического мастерства в толкании ядра. - толкание ядра облегчённого и соревновательного весов; - имитация и толкание ядра из различных исходных положений; - подготовительные движения к скачку; - скачки на правой ноге без ядра, стоя спиной к направлению толкания; - толкание ядра из круга, соблюдая правила соревнований; - толкание ядра на результат.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2		2		4	Тестирование
25	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	- упражнения барьериста; - для овладения правильным ритмом барьерного бега различные беговые и прыжковые упражнения; - упражнения для овладения движением маховой ноги при атаке (входе на барьер) и спуске с барьера;										
26	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге. - упражнения для овладения техникой переноса толчковой ноги через барьер; - бег сбоку барьеров (со стороны толчковой и маховой ног) в 3 шага; - бег с высокого и низкого старта в 3 шага с преодолением 1, 2, 3, 4 – 12 барьеров; - бег с низкого старта с различной расстановкой стартовых колодок.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
27	Оценка уровня спортивно-технической подготовленности	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
28	Устранение возможных ошибочных действий в индивидуализированном техническом исполнении соревновательного упражнения.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
29	Средства и методические приемы совершенствования выполнения старта при 7-шажной и 8-шажной технике бега до первого барьера. - упражнения для овладения техникой переноса толчковой ноги через барьер; - бег сбоку барьеров (со стороны	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	толчковой и маховой ног) в 3 шага; - бег с высокого и низкого старта в 3 шага с преодолением 1, 2, 3, 4 – 12 барьеров; - бег с низкого старта с различной расстановкой стартовых колодок.										
30	Совершенствование индивидуализированной техники барьерного бега: вход-атака барьера, переход через барьер, сход с барьера, бег по дистанции, преодоление финишного отрезка.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
31	Многократное повторение специальных упражнений барьериста: через барьеры различной и соревновательной высоты, через увеличивающееся число барьеров, расставленных на разном расстоянии, с низкого и высокого стартов, по всей дистанции без учёта и с учётом времени.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
32	Бег на дистанции 60 м с/б без учёта и с учётом времени. - ознакомление с техникой старта в спринтерском беге, старт из выполнения низкого старта (обычный, сближенный, узкий, растянутый); - действия бегуна по команде «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; - выполнение первого шага со старта (оптимальная длина первого шага, угол отталкивания и т.д.); - выполнение стартового разгона; - бег по дистанции: движение рук, ног, постановка стоп на опору; - выполнение финиширования, варианты	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	финиширования.										
33	Совершенствование спортивно-технического мастерства в прыжках в высоту с разбега способом «фосбери-флоп» - прыжки через планку (резинку) с короткого и полного разбега с акцентом на выполнение отдельных фаз прыжка; - прыжки через планку в целом, оценивая технику и результат; - прыжки с гимнастического мостика через планку на максимальной высоте; - выполнение имитационных упражнений, сходных по структуре и ритму движений основному двигательному действию; - прыжки с индивидуального разбега на максимальный результат.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
34	Совершенствование спортивно-технического мастерства в прыжках в высоту с разбега способом «перекидной» - стоя лицом к гимнастической стенке и держась за нее руками, подтянуть толчковую ногу, отведя колено и стопу в сторону, с поворотом таза; - то же упражнение, но в упоре лёжа; - с шагом маховой ногой подтянуть толчковую ногу пяткой к ягодице и повернуться на 180°, после чего поставить толчковую ногу на землю; прыжки с 1, 3 шагов разбега с	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				2	Тестирование

	подтягиванием толчковой ноги пяткой к ягодице и поворотом на 180°; - то же, но через наклонно поставленную планку; - лежа на гимнастическом коне (бревне), подтянуть толчковую ногу стопой к ягодице, колено повернуть наружу и свалиться с «коня»; - прыжки способом «перекидной» через планку, установленную на доступной высоте.										
35	Совершенствование спортивно-технического мастерства в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание» - разбег и отталкивание: выполнение различных имитационных и специальных упражнений для обучения технике отталкивания; - прыжки через планку «на взлёт» с постепенно увеличивающимся разбегом; - выполнение предпоследнего шага с правильным понижением ОЦТ тела и дальнейшим активным продвижением таза вперёд на толчковую ногу; - приобретение навыка стабильного разбега, определение его длины и места для контрольной отметки; - движения в полёте с использованием различных вариантов безопасного приземления; - выполнение различных имитационных	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				2	Тестирование

	и специальных упражнений.										
36	Оценка уровня спортивно-технической подготовленности	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				2	Тестирование
	ИТОГО за 5 семестр			36		36		6		66	
			6 семестр				6 семестр				
				42		30		6		66	
37	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге - упражнения барьериста; - для овладения правильным ритмом барьерного бега различные беговые и прыжковые упражнения;	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2				2		4	Тестирование
38	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге- бег с высокого и низкого старта в 3 шага с преодолением 1, 2, 3, 4 – 12 барьеров; - бег с низкого старта с различной расстановкой стартовых колодок	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2						4	Тестирование
39	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге - бег сбоку барьеров (со стороны толчковой и маховой ног) в 3 шага; - упражнения для овладения техникой переноса толчковой ноги через барьер	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2		2		4	Тестирование
40	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге - упражнения для овладения движением маховой ноги при атаке	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	(входе на барьер) и сходе с барьера; - упражнения для овладения техникой переноса толчковой ноги через барьер;										
41	Совершенствование спортивно-технического мастерства в прыжках в длину с разбега способом «ножницы». - имитация движений при отталкивании на месте и в движении; - прыжки в длину с 2, 3 и 5 шагов разбега; - прыжки в длину с места; - прыжки в длину с короткого и среднего разбега; - повторное пробегание полного разбега без отталкивания, тоже с отталкиванием; - упражнения для овладения техникой полётной части прыжка; - прыжки в длину с полного разбега на результат; - различные беговые и прыжковые упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей, подводящие и имитационные упражнения к овладению элементами техники прыжка.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2		2		4	Тестирование
42	Совершенствование спортивно-технического мастерства в беге на средние дистанции - бег с постановкой ног на дорожку по одной линии носками вперёд, «вырастая» вверх;	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	- ускоренный бег с проталкиванием вперёд до полного разгибания толчковой ноги; - прыжки с ноги на ногу проталкиваясь вперёд до полного выпрямления толчковой ноги; бег с забрасыванием голени назад; бег с высоким подниманием бедра; - бег с высокого старта на отрезках 30-60 м (по прямой и повороту), в группе и поодиночке; - бег со старта на отрезках 300-800 м с финишным ускорением в конце дистанции; - бег с различной интенсивностью и объёмом беговой работы на коротких, средних и длинных отрезках с различными интервалами отдыха; - контрольный бег на соревновательные дистанции										
43	Совершенствование спортивно-технического мастерства в метании копья - держание и выбрасывание копья из различных положений; - имитация «скрестного» шага; - имитация и метание снарядов со «скрестного» шага; - метание с разбега и отведенной рукой со снарядом; - отведение руки со снарядом на месте и в движении; - метание снаряда с короткого предварительного разбега;	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	- метание снаряда с ускоренного короткого и полного разбега; - вспомогательные упражнения к овладению (подводящие, имитационные упражнения).										
44	Совершенствование спортивно-технического мастерства в прыжках в высоту с разбега избранным способом - прыжки через планку (резинку) с короткого и полного разбега с акцентом на выполнение отдельных фаз прыжка; - прыжки через планку в целом, оценивая технику и результат; - прыжки с гимнастического мостика через планку на максимальной высоте; - выполнение имитационных упражнений, сходных по структуре и ритму движений основному двигательному действию; - прыжки с индивидуального разбега на максимальный результат	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
45	Видовые легкоатлетические соревнования «День метателя»	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
46	Оценка уровня спортивно-технической подготовленности	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
48	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге. Практическое овладение техникой барьерного бега начинается с преодоления 3-5 барьеров высотой 60-76,2 см в три шага с расстановкой 6-8 м с высокого старта и с подбега.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

49	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге. - подскоки на толчковой ноге, удерживая маховую ногу под прямым углом, разгибая и сгибая её в коленном суставе при каждом подскоке. Толчковая нога при этом не сгибается; - имитация атаки барьера, поставленного у гимнастической стенки или гимнастического коня, стопки матов. При выполнении упражнения нужно следить за тем, чтобы бедро маховой ноги поднималось несколько выше уровня «коня», после чего производить быстрое её разгибание в коленном суставе до полного выпрямления. Одновременно «выбрасывается» рука, разноименная маховой ноге, и увеличивается наклон туловища. Постепенно упражнение усложняется тем, что выполняется с подходом и атака на препятствие дополняется броском руки и активным продвижением вперёд туловища.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
50	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге. - скольжение стопой толчковой ноги вдоль наклонной поверхности барьера с последующим выносом её вперёд; - перенос толчковой ноги через барьер,	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	стоя в положении небольшого наклона вперёд с упором рук о гимнастическую стенку, барьер. При выполнении этих упражнений необходимо следить за тем, чтобы опорная нога не сгибалась в коленном суставе; - перенос толчковой ноги сбоку через два барьера разной высоты, стоящих друг от друга на расстоянии 50-60 см. Упражнения для освоения сочетания движений маховой и толчковой ног и схода с препятствия: - сидя на «коне» в положении «широкого шага», одновременно с опусканием маховой ноги перенести толчковую ногу через снаряд; - преодолеть барьер из положения «стоя» на толчковой ноге и держа ногу над барьером (опустить маховую ногу, одновременно отталкиваясь толчковой). Выполнять упражнение можно как с места, так и с подходом к барьеру.										
51	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге. -С высокого старта преодолеть дистанцию, сделав до первого барьера 4 шага, а между препятствиями – 3 шага. Ритм бега должен быть следующим: первые три шага одинаковы по времени, четвертый быстрее; - для дальнейшего освоения ритмом	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	бега целесообразно разметить дорожку по длине шагов. первый отрезок 105 см, второй – 130 см, третий – 155 см, четвертый – 140 см, расстояние от места отталкивания до барьера – 170 см.										
52	Совершенствование спортивно-технического мастерства в барьерном беге: овладеть техникой низкого старта, уметь быстро набирать скорость и ритмично выполнять бег до первого барьера, точно попадая ногой на место отталкивания, а также увеличивать скорость бега после преодоления препятствия	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование
53	Совершенствование спортивно-технического мастерства в прыжках в длину с разбега способом «ножницы» - имитация движений при отталкивании на месте и в движении; - прыжки в длину с 2, 3 и 5 шагов разбега; - прыжки в длину с места; - прыжки в длину с короткого и среднего разбега; - повторное пробегание полного разбега без отталкивания, тоже с отталкиванием; - упражнения для овладения техникой полётной части прыжка; - прыжки в длину с полного разбега на результат; - различные беговые и прыжковые	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				4	Тестирование

	упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей, подводящие и имитационные упражнения к овладению элементами техники прыжка.										
54	Совершенствование спортивно-технического мастерства в беге на средние дистанции основные требования к технике бега: - прямолинейная направленность; - полное выпрямление толчковой ноги в сочетании с выпадом вперед бедра маховой ноги; - захлестывание голени маховой ноги в момент вертикали; - свободная и энергичная работа рук; - прямое положение туловища и головы; - быстрая и мягкая постановка стопы на грунт с передней части.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2					Тестирование
55	Совершенствование спортивно-технического мастерства в метании копья. метание снаряда с короткого предварительного разбега; - метание снаряда с ускоренного короткого и полного разбега; - вспомогательные упражнения к овладению (подводящие, имитационные упражнения).	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2							Тестирование
56	Совершенствование спортивно-	УК-7 ПК-2		2							Тестирование

	технического мастерства в прыжках в высоту с разбега избранным способом - прыжки через планку (резинку) с короткого и полного разбега с акцентом на выполнение отдельных фаз прыжка; - прыжки через планку в целом, оценивая технику и результат; - прыжки с гимнастического мостика через планку на максимальной высоте; - выполнение имитационных упражнений, сходных по структуре и ритму движений основному двигательному действию; - прыжки с индивидуального разбега на максимальный результат.	ПК-6 ПК-7									
57	Видовые легкоатлетические соревнования «День метателя»	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		4						2	Тестирование
	ИТОГО за 6 семестр			42		30		6		66	
			7 семестр				7 семестр				
58	Интегральная подготовка в спортивной ходьбе. Продемонстрировать уровень владения техникой спортивной ходьбы с сохранением скорости передвижения в соответствии с критериями оценки. Оцениваются: техника движений по дистанции (по прямой, на подъёме, на спуске), техника финиширования. Продемонстрировать уровень спортивно - технической подготовленности в спортивной ходьбе на различных дистанциях и в различных условиях передвижения	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7	2	2		2				6	Тестирование
59	Индивидуальная подготовка в	УК-7 ПК-2	2	2		2				6	Тестирование

	легкоатлетическом беге Продemonстрировать уровень владения техникой бега на короткие дистанции в соответствии с критериями оценки. Оцениваются: расстановка стартовых колодок, действия по команде стартера, старт и стартовый разбег, бег по дистанции, способ финиширования.	ПК-6 ПК-7									
60	Индивидуальная подготовка в легкоатлетическом беге. Продemonстрировать уровень подготовленности в беге на различные спринтерские дистанции	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7	2	2		2				6	Тестирование
61	Индивидуальная подготовка в легкоатлетических прыжках - прыжки через планку (резинку) с короткого и полного разбега с акцентом на выполнение отдельных фаз прыжка; - прыжки через планку в целом, оценивая технику и результат; - прыжки с гимнастического мостика через планку на максимальной высоте; - выполнение имитационных упражнений, сходных по структуре и ритму движений основному двигательному действию; - прыжки с индивидуального разбега на максимальный результат.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7	2	2		2				6	Тестирование
62	Индивидуальная подготовка в легкоатлетических прыжках - выполнение имитационных упражнений, сходных по структуре и	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7	2	2		2				6	Тестирование

	ритму движений основному двигательному действию; - прыжки с индивидуального разбега на максимальный результат.										
63	Индивидуальная подготовка в легкоатлетических метаниях - толкание мяча двумя руками от груди вверх (локти в сторону), сгибая и выпрямляя ноги; - толкание одной рукой вверх, согнув предварительно ноги; - толкание одной рукой вперед-вверх партнеру, стоя к нему лицом, затем боком; - выбрасывание мяча двумя руками из различных положений (снизу-вперед- вверх, из-за головы-вперед, сбоку- вперед-вверх, стоя спиной к месту приземления снизу-вверх и др.).	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7	2	2		2				6	Тестирование
64	Индивидуальная подготовка многоборца	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2		2		6	Тестирование
65	Оценка уровня спортивно-технической подготовленности. Сдача технических нормативов по программе.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				6	Тестирование
66	Индивидуальная подготовка в легкоатлетическом беге	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				6	Тестирование
67	Индивидуальная подготовка в тройном прыжке - прыжок в длину с места, 2-й с места, 3-й с места, 5-й с места, 10-й прыжок с места и на время, прыжок в высоту с	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				6	Тестирование

	места; - многоскоки на одной ноге – «скачки»; - многоскоки с ноги на ногу – «шаги»; - многоскоки в сочетании «скачок» - «шаг» - «скачок» со сменой ног; - спрыгивания с возвышения с последующим выполнением тройного прыжка; - двойной, тройной и пятерной прыжок с короткого и среднего разбега; - выполнение прыжка в сочетаниях «скачок» - «шаг» и «шаг» - «прыжок» со среднего разбега; - повторные отталкивания на дорожке через 1, 2, 3 беговых шага; - прыжок в длину с маховой ноги с 5, 7, 9 беговых шагов; - «скачок» с приземлением на одну ногу с 7, 9, 11 шагов разбега; - выполнение сочетаний «скачок» - «шаг», «шаг» - «прыжок» с 5, 7, 9 шагов разбега с приземлением в яму и на результат в соревновательной форме с 9, 11 шагов разбега;										
68	Индивидуальная подготовка в легкоатлетических метаниях	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2				6	Тестирование
69	Индивидуальная подготовка многоборца	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2		2		2		6	Тестирование
70	Видовые легкоатлетические соревнования «День многоборца», 1 день	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2			2			6	Тестирование
71	Видовые легкоатлетические соревнования «День многоборца», 2 день	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2				2		6	Тестирование

72	Комплексное развитие психомоторных качеств многоборца	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2						6	Тестирование
73	Оценка уровня адаптации занимающихся к физическим нагрузкам с использованием современных информационных технологий Система комплексного контроля в подготовке юных легкоатлетов.	УК-7 ПК-2 ПК-6 ПК-7		2							Тестирование
74	Подготовка к экзамену									1	
	ИТОГО за 7 семестр		12	36		24	2	6		91	
	ИТОГО:		12	150		126	2	22		291	

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств (ФОС) для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Физкультурно-спортивное совершенствование в базовых видах спорта: лёгкая атлетика» базируется на перечне осваиваемых компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины (модуля). ФОС обеспечивает объективный контроль достижения запланированных результатов обучения. ФОС включает в себя:

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций;
- типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и уровня овладения формируемыми компетенциями в процессе освоения дисциплины (модуля).

ФОС является приложением к данной программе дисциплины (модуля).

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Приступая к работе, каждый студент должен принимать во внимание следующие положения.

Дисциплина (модуль) построена по тематическому принципу, каждая тема представляет собой логически завершённый раздел.

Лекционный материал посвящён рассмотрению ключевых, базовых положений курсов и разъяснению учебных заданий, выносимых на самостоятельную работу студентов.

Практические занятия проводятся с целью закрепления усвоенной информации, приобретения навыков её применения при решении практических задач в соответствующей предметной области.

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение дополнительного материала, подготовку к практическим и лабораторным занятиям, а также выполнения всех видов самостоятельной работы.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить все виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации.

На первом этапе необходимо ознакомиться с рабочей программой дисциплины, в которой рассмотрено содержание тем практических занятий, темы и виды самостоятельной работы. По каждому виду самостоятельной работы предусмотрены определённые формы отчётности.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1.1. Перечень основной литературы:

1. Базовые виды спорта. Легкая атлетика Электронный ресурс : учебное пособие для студентов очной формы обучения. - Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. - 68 с., экземпляров неограниченно

2. Шатунов, Д. А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика Электронный ресурс / Шатунов Д. А. : учебно-методическое пособие. - Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2020. - 127 с., экземпляров неограниченно

3. Гришина, Т. С. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование Электронный ресурс / Гришина Т. С. : учебно-методическое пособие. - Воронеж : ВГИФК, 2019. - 239 с., экземпляров неограниченно

8.1.2. Перечень дополнительной литературы:

1.Кравчук, В. И. Легкая атлетика: учебно-методическое пособие / В.И. Кравчук. - Челябинск: ЧГАКИ, 2013. - 184 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр.: с. 139-142. - ISBN 978-5-94839-402-5, экземпляров не ограничено

2.Легкая атлетика как раздел физической культуры в педагогических вузах Электронный ресурс: Учебное пособие для студентов / А. Х. Марданов [и др.]; ред. А. Г. Мухаметшин. - Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2012. - 132 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 2227-8397, экземпляров не ограничено

3.Легкая атлетика :энциклопедия / авт.-сост. В. Б. Зеличенко ; авт.- сост. В. Н. Спичков ; авт.-сост. В. Л. Штейнбах ; под общ. ред. В. В. Балахничев ; Всероссийская федерация легкой атлетики. - Москва : Человек, 2013. - 833 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-904885- 81-6, экземпляров не ограничено

4.Морозов, А.И. Легкая атлетика в программе подготовки студентов факультета физической культуры и спорта Электронный ресурс: учебно-методическое пособие / А.И. Морозов. - Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2016. - 78 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров не ограничено

5.Никифоров, В.И. Физическая культура. Легкая атлетика Электронный ресурс: учебное пособие / В.И. Никифоров. - Самара: Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2017. - 75 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров не ограничено

Онгарбаева, Д.Т. Легкая атлетика с методикой преподавания Электронный ресурс: учебное пособие / Е.А. Алимханов / Г.Б. Мадиева / Д.Т. Онгарбаева. - Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2014. - 100 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-601-04-0593-6, экземпляров не ограничено

8.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Физкультурно-спортивное совершенствование в базовых видах спорта: легкая атлетика»: Направление подготовки 49.03.01 - Физическая культура. Профиль - Спортивная тренировка. Квалификация выпускника - бакалавр. Форма обучения - очная. Учебный план 2015 г. - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 56 с.

2. Теория и методика обучения базовым видам спорта: лёгкая атлетика: методические указания к практическим занятиям / сост. К.М. Смышнов, Е.Н. Поддубный– Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2021. – 70 с.

3. Теория и методика обучения базовым видам спорта: лёгкая атлетика: методические рекомендации / сост. К.М. Смышнов, Е.Н. Поддубный– Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2021. – 45 с.

8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

2. <http://ru.wikipedia.org/wiki> (Википедия - свободная энциклопедия).

3. <http://slovari.yandex.ru/> Большая олимпийская энциклопедия. Т. 1-2. / Автор-составитель В.Л. Штейнбах. — М.: Олимпия Пресс, 2006. — 968 с.: ил. «Большая олимпийская энциклопедия» содержит всеобъемлющую информацию об Олимпийских играх: - чемпионы, тренеры, члены МОК, журналисты и др. персоналии; - олимпийские виды спорта, страны, города, термины; - технические результаты всех олимпийских соревнований.

4. http://window.edu.ru/window/library?p_rid=22686 (Пельменев В.К., Конеева Е.В. История физической культуры: Учебное пособие. – Калининград: Изд-во КГУ, 2000. - 186 с.) Формат PDF.

5. <http://www.biblioclub.ru> университетская библиотека online

6. <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml> Национальная информационная сеть Спортивная Россия – сайт посвящен развитию спорта в нашей стране.
7. <http://www.olympic.ru/ru/moscow2012/goodwill> (официальный сайт ОКР, где размещены исторические и новостные сведения о развитии и становлении спортивного и олимпийского движения нашей страны, представлены фоторепортажи, содержатся официальные документы).
8. <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339> Российская Государственная библиотека.
 1. Лёгкая атлетика России [Электронный ресурс]. URL: <http://www.rusathletics.com/>
 2. Официальный сайт министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. URL: <http://www.minsport.gov.ru/>
 3. Официальный сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры» [Электронный ресурс]. URL: <http://lib.sportedu.ru/press/>
 4. <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> - База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ
 - 5 <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: научно-методический журнал.
9. 8. <http://www.iprbookshop.ru> – Электронно-библиотечная система IPRbooks

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов. На семинарских и практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

На практических занятиях студенты овладевают техникой изучаемых видов, демонстрируют уровень спортивно-технического мастерства (оценка техники выполнения легкоатлетических упражнений; сдача контрольных нормативов).

Информационные справочные системы:

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

1	http://ru.wikipedia.org/wiki (Википедия - свободная энциклопедия)	
2	http://www.rsl.ru/ru/s97/s339 Российская Государственная библиотека	
3	http://elibrary.ru/defaultx.asp Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	
4	http://www.biblioclub.ru университетская библиотека online	
5	http://www.iprbookshop.ru Электронно-библиотечная система IPRbooks	
6	https://ok.ru/olympicrussia Олимпийский комитет России	
7	https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf//	База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ

Профессиональные базы данных:

1. Лёгкая атлетика России [Электронный ресурс]. URL: <http://www.rusathletics.com/>
2. Официальный сайт министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. URL: <http://www.minsport.gov.ru/>
3. Официальный сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры» [Электронный ресурс]. URL: <http://lib.sportedu.ru/press/>
<http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3> Теория и практика физической культуры
4. <http://www.olympic.ru/> - Олимпийский Комитет России
Олимпийский комитет России // <https://ok.ru/olympicrussia>
5. <http://www.olympic.org/> - Международный Олимпийский Комитет
<https://www.olympic.org/> - Международный Олимпийский Комитет (на английском)
<https://olympic.kz/ru/page/mok/> - Международный Олимпийский Комитет (на русском)
6. <http://www.iaaf.org/> - Международная ассоциация легкоатлетических федераций

7. <http://www.european-athletics.org/> - Европейская легкоатлетическая ассоциация
8. <http://www.rusathletics.com/> - Всероссийская федерация легкой атлетики
<http://rusathletics.info/> - Всероссийская федерация легкой атлетики
<http://sportcom.ru/portal/athletics/orgs/297.html> - Всероссийская федерация лёгкой атлетики
9. Научная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat <http://www.dissercat.com/content/modifikatsiya-krugovoi-trenirovki-i-ee-kompleksirovanie-s-drugimi-metodicheskimi-podkhodami-#ixzz5QmfcZpt6>
10. <http://www.world-sport.org/> - Правила, техника, обучение и тренировка легкоатлетическим видам
11. <http://www.fismag.ru/> - сайт журнала «Физкультура и спорт»
12. <http://www.teoriya.ru/> - Научный портал «Теория.ру»
13. <http://www.rossport.ru/> - Каталог спортивных сайтов / Лёгкая атлетика
14. RSSS.SPORT@mail.ru. (www.studsport.ru.) – Российский студенческий спортивный союз
15. <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> - База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ

Перечень программного обеспечения:

1	Альт Рабочая станция 10
2	Альт Рабочая станция К
3	Альт «Сервер»
4	Пакет офисных программ - Р7-Офис

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Лекционные занятия	1	Аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: переносной ноутбук, проектор, доска. Краткофокусный мультимедиа-проектор Epson EB-436 Wi с настенным креплением и наб.кабелей. Учебно-наглядные пособия в виде тематических презентаций, соответствующих рабочим программам дисциплин.
	2	Ноутбук Acer Aspire F5-573G-56DD i5-6200U/8Gb/1Tb/DVD-RW/GT950-4Gb/15.6FHD/Win10
Практические занятия	1	Стойка для прыжков в высоту "Polanik" - 1 комплект; планка для прыжков в высоту углепластиковая - 2 шт; маты поролоновые для приземления - 1 комплект; стартовый станок "Olympic" соревновательный, АСГ10РТ4806 - 6 шт; легкоатлетический барьер "Аспорт" - 6 шт; эстафетные палочки "Polanik" - 2 компл; сектор для прыжков в длину с разбега; копья мужские и женские "Polanik" - 20 шт; гранаты для метания "Аналитика" мужские и женские - 40 шт; ядра мужские и женские - 20 шт.; секундомер электронный Casio - 2 шт.; секундомеры "TORRES" - 10 шт.
Самостоятельная работа	1	Помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащены оборудованием и техническими средствами обучения. Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети

"Интернет" и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, научно-исследовательской работы обучающихся (переносной ноутбук, переносной проектор, компьютеры с необходимым программным обеспечением и выходом в интернет).

11. Особенности освоения дисциплины (модуля) лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а также в отдельных группах.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины (модуля) обеспечивается:

- 1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:
 - присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
 - письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,
 - специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),
 - индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,
 - при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;
- 2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:
 - присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
 - обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
 - обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;
- 3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):
 - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
 - по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.

12. Особенности реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Согласно части 1 статьи 16 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» под *электронным обучением* понимается организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников. Под *дистанционными образовательными технологиями* понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Реализация дисциплины может быть осуществлена с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения полностью или частично. Компоненты УМК дисциплины (рабочая программа дисциплины, оценочные и методические материалы, формы аттестации), реализуемой с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, содержат указание на их использование.

При организации образовательной деятельности с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения могут предусматриваться асинхронный и синхронный способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

При применении дистанционных образовательных технологий и электронного обучения в расписании по дисциплине указываются: способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (ВКС-видеоконференцсвязь, ЭТ – электронное тестирование); ссылки на электронную информационно-образовательную среду СКФУ, на образовательные платформы и ресурсы иных организаций, к которым предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет»; для синхронного обучения - время проведения онлайн-занятий и преподаватели; для асинхронного обучения - авторы онлайн-курсов.

При организации промежуточной аттестации с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения используются Методические рекомендации по применению технических средств, обеспечивающих объективность результатов при проведении промежуточной и государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры с применением дистанционных образовательных технологий (Письмо Минобрнауки России от 07.12.2020 г. № МН-19/1573-АН "О направлении методических рекомендаций").

Реализация дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий осуществляется с использованием электронной информационно-образовательной среды СКФУ, к которой обеспечен доступ обучающихся через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», или с использованием ресурсов иных организаций, в том числе платформ, предоставляющих сервисы для проведения видеоконференций, онлайн-встреч и дистанционного обучения (**МТС-Линк**), а также с использованием возможностей социальных сетей для осуществления коммуникации обучающихся и преподавателей.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, реализуемой с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, включает представленные в электронном виде рабочую программу, учебно-методические пособия или курс лекций, методические указания к выполнению различных видов учебной

деятельности обучающихся, предусмотренных дисциплиной, и прочие учебно-методические материалы, размещенные в информационно-образовательной среде СКФУ.