

**Аннотация рабочей программы дисциплины «Легкая атлетика с методикой преподавания» для направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).**

**Направленность (профиль) образовательной программы - Физическая культура и дополнительное образование Спортивная подготовка**

**1. Цели и задачи освоения дисциплины**

**Цель изучения дисциплины:**

формирование у студентов компетенций, связанных с умением поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами легкой атлетики. Изучение студентами теории и методики преподавания легкой атлетики, овладение техникой основных видов легкоатлетических упражнений, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для самостоятельной педагогической работы, как в системе основного, так и дополнительного образования.

**Задачи изучения дисциплины:**

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что студент должен

Знать:

- научно-теоретические основы легкой атлетики, историю зарождения и развития;
- технику выполнения легкоатлетических упражнений;
- основные принципы, средства и методы обучения и начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки в легкой атлетике;
- средства и методы общей и специальной физической подготовки;
- методы и процедуры оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности лиц, занимающихся легкой атлетикой;
- психолого- педагогические закономерности и принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;
- методику обучения легкоатлетическим упражнениям;
- особенности и методику преподавания легкой атлетики в различных звеньях системы физического воспитания, в том числе дополнительного образования, включая организацию и проведение соревнований по легкой атлетике
- содержание ФГОС ООО ФССП (федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта);
- меры профилактики травматизма при занятиях легкой атлетикой;
- факторы риска, нормы и правила безопасной организации и проведения занятий легкой атлетикой;

Уметь:

- подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы обучения легкоатлетическим упражнениям;
- подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы для развития физических качеств, а также начальной (оздоровительно- кондиционной и спортивной) тренировки в легкой атлетике;
- оценивать эффективность занятий легкой атлетикой с позиции их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья занимающихся;
- разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально- ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся;
- выбирать и реализовывать психолого- педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения;
- формулировать цели и задачи преподавания легкой атлетики в различных звеньях

системы физического воспитания, в том числе дополнительного образования в соответствии с требованиями стандартов и учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий;

- подбирать и применять на занятиях легкой атлетикой адекватные поставленным целям и задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, воспитания и тренировки, организационные приемы работы с занимающимися;
- оценивать эффективность занятий легкой атлетикой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения
- планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма в процессе занятий легкой атлетикой.

**Владеть:**

- навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Легкая атлетика с методикой преподавания»;
- навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья занимающихся;
- методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося;
- технологиями реализации индивидуально- ориентированных образовательных программ обучающихся;
- навыками и опытом отбора учебного содержания занятий легкой атлетикой для их реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями федеральных стандартов;
- навыками и опытом рациональной организации и проведения занятий легкой атлетикой, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями федеральных стандартов, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;
- навыками организации и проведения соревнований по легкой атлетике;
- навыками и опытом использования специальной терминологии в процессе занятий.

## **2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и индикаторы их достижения**

### 2.1. Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 УК-7 Знать: основы здорового образа жизни и здоровьесберегающие технологии ИД-2 УК-7 Уметь: использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности ИД-3 УК-7 Владеть: навыками поддержания должного уровня физической

		подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни
--	--	---

## 2.2 Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Психолого-педагогические технологии профессиональной деятельности	ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	<p>ИД-1 ОПК-6 Знать: психолого-педагогические закономерности и принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; подходы к выбору и особенности использования педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения в контексте задач инклюзии; теории социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации; основы психодиагностики и основные признаки отклонения в развитии детей</p> <p>ИД-2 ОПК-6 Уметь: разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся; выбирать и реализовывать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания в контексте задач инклюзивного образования; оценивать их результативность; использовать конструктивные воспитательные усилия родителей (законных представителей) обучающихся, оказывать помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка</p> <p>ИД-3 ОПК-6</p>

		Владеть: методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося; приемами анализа документации специалистов (врачи, психологи и т.п.); технологиями реализации индивидуально-ориентированных образовательных программ обучающихся
--	--	---

### 2.3 Профессиональные компетенции и индикаторы их достижения

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
ПК-1 Способен реализовывать образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных образовательных стандартов	<p>ИД</p> <p>-1.1. Знает: образовательные программы в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования</p> <p>-1.2. Умеет: реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования</p> <p>-1.3. Владеет навыками по реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования</p>

### 3. Содержание дисциплины

Исторические этапы в развитии легкой атлетики. Легкая атлетика в системе физического воспитания на современном этапе. Теоретико- методические основы легкой атлетики. Методика обучения технике легкоатлетических упражнений . Система подводящих, подготовительных и специальных упражнений в методике обучения легкоатлетическим упражнениям . Бег на короткие, средние, длинные дистанции, бег по пересеченной местности. Методика обучения технике легкоатлетических упражнений. Методика обучения технике прыжков в высоту («перешагивание», фосбери- флорп»). Система подводящих, подготовительных и специальных упражнений в методике обучения легкоатлетическим упражнениям. Методика обучения технике легкоатлетических упражнений

Метание мяча, копьа, гранаты. Система подводящих, подготовительных и специальных упражнений в методике обучения легкоатлетическим упражнениям . Методика обучения технике легкоатлетических упражнений

Техника прыжков в длину с разбега способами «согнув ноги», «прогнувшись» и «ножницы». . Легкая атлетика в средней школе, системе дополнительного образования. Легкая атлетика в программах средней общеобразовательной школы. Секция легкой атлетики в общеобразовательной школе . Организация, судейство и правила соревнований по легкой атлетике..