

Департамент образования и науки города Москвы

**Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»**

Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.13.01 Легкая атлетика

программы подготовки специалистов среднего звена

специальность: 49.02.01 Физическая культура

Москва, 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.13.01 Легкая атлетика разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения РФ от 11.11.2022 № 968.

Организация-разработчик: Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского ГАОУ ВО МГПУ

Преподаватель:

Кекова Л.А.

15. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.13.01 Легкая атлетика

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:
Учебная дисциплина ОП.13.01 Легкая атлетика является обязательной дисциплиной общепрофессионального цикла.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих и профессиональных компетенций (ОК 01.; ОК 02.; ОК 04.; ОК 06.; ОК 08.; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3), а также результатов целевых ориентиров (ЦО) (ЦО 5.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6, ЦО 5.7, ЦО 6.2, ЦО 6.4, ЦО 6.5, ЦО 6.1, ЦО 6.2, ЦО 6.3, ЦО 6.4, ЦО 6.5, ЦО 6.6, ЦО 6.7).

1.1.1. Перечень общих компетенций

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 04.	<i>Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</i>
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД 1	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы
ПК 1.1.	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу
ПК 1.2.	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях
ПК 1.3.	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия
ПК 1.5.	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
ВД 2	Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности

ПК 2.1.	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы
ВД 3	Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам
ПК 3.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре
ПК 3.2.	Проводить учебные занятия по физической культуре
ПК 3.3.	Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура»

1.1.3. Перечень целевых ориентиров, элементы которых формируются в рамках дисциплины:

Код	Наименование целевого ориентира
ЦО 5	Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
ЦО 5.1	Понимающий и выражающий в практической деятельности понимание ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей.
ЦО 5.2	Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде.
ЦО 5.3	Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию.
ЦО 5.4	Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья.
ЦО 5.5	Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), понимания состояния других людей.
ЦО 5.6	Демонстрирующий и развивающий свою физическую подготовку, необходимую для избранной профессиональной деятельности, способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в изменяющихся условиях (профессиональных, социальных, информационных, природных), эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
ЦО 5.7	Использующий средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.
ЦО 6	Профессионально-трудовое воспитание
ЦО 6.1	Понимающий профессиональные идеалы и ценности, уважающий труд, результаты труда, трудовые достижения российского народа, трудовые и профессиональные достижения своих земляков, их вклад в развитие своего поселения, края, страны.
ЦО 6.2	Участвующий в социально значимой трудовой и профессиональной деятельности разного вида в семье, образовательной организации, на базах производственной практики, в своей местности.
ЦО 6.3	Выражающий осознанную готовность к непрерывному образованию и самообразованию в выбранной сфере профессиональной деятельности.

ЦО 6.4	Понимающий специфику профессионально-трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, готовый учиться и трудиться в современном высокотехнологичном мире на благо государства и общества.
ЦО 6.5	Ориентированный на осознанное освоение выбранной сферы профессиональной деятельности с учётом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, государства и общества.
ЦО 6.6	Обладающий сформированными представлениями о значении и ценности выбранной профессии, проявляющий уважение к своей профессии и своему профессиональному сообществу, поддерживающий позитивный образ и престиж своей профессии в обществе.

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь и знать:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01.	<ul style="list-style-type: none"> -распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; -составлять план действия; определять необходимые ресурсы; -владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) 	<ul style="list-style-type: none"> -актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; -алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02.	<ul style="list-style-type: none"> -определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; -планировать процесс поиска; -структурировать получаемую информацию; -выделять наиболее значимое в перечне информации; -оценивать практическую значимость результатов поиска; -оформлять результаты поиска, -применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; -использовать современное программное обеспечение; 	<ul style="list-style-type: none"> -номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств

	-использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач	
ОК 04.	-организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	-психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 06.	-описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения	-сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
ОК 08.	-использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; -применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; -пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	-роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения
ПК 1.1.	-определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы -разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы -оценивать результативность физкультурно-спортивной работы	-нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ -цели и задачи физкультурно-спортивной работы -направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы -требования к планированию и технологию планирования физкультурно-спортивной работы -показатели результативности физкультурно-спортивной работы
ПК 1.2.	-разрабатывать планы и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи	-значение физической культуры в формировании ЗОЖ, в гражданском и патриотическом воспитании молодежи, воспитании толерантности в молодежной среде, формировании правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи -способы формирования правовых, культурных и нравственных

	<p>-разрабатывать планы и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи</p> <p>-использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи</p>	<p>ценностей среди молодежи средствами физической культуры</p> <p>-средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи</p> <p>-основные подходы, направления и технологии работы по организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи</p>
ПК 1.3.	<p>-использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников</p> <p>-разрабатывать программу проведения и план ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач</p> <p>-оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности</p> <p>-организовывать и проводить торжественный церемониал физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>-проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия</p>	<p>-формы и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>-технология организации и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>-технологию разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия</p> <p>-методика проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий</p> <p>-техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>-подходы к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>-виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенности их эксплуатации</p> <p>-техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю</p>
ПК 1.5.	<p>-планировать работу судейской коллегии</p> <p>-пользоваться контрольно – измерительными приборами</p> <p>-оформлять документы при подготовке, организации и проведении спортивных соревнований, мероприятий по выполнению населением норм</p>	<p>-основные положения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»</p> <p>-порядок организации и регламент проведения мероприятия по выполнению населением нормативов испытаний (тестов)</p>

	<p>всероссийского физкультурно-спортивного комплекса</p> <p>-определять содержание и проводить занятия для подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью</p>	<p>-состав главной судейской коллегии по виду спорта, мероприятия и функции спортивных судей</p> <p>-правила видов спорта, в соответствии с которыми проводятся спортивные соревнования по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов)</p> <p>-содержание и методику проведения занятий для подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью</p>
ПК 2.1.	<p>-анализировать нормативные документы, в области физической культуры и спорта</p> <p>-анализировать программы, реализуемые в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности)</p> <p>-осуществлять разработку методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта</p> <p>-осуществлять разработку занятий по программам в области физической культуры и спорта с учётом их специфики и решаемых задач, применяемых педагогических технологий</p>	<p>-нормативные и методические документы, в области физической культуры и спорта</p> <p>-разновидности программ в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности)</p> <p>-технологии разработки методических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта</p> <p>-педагогические технологии и современные методики подготовки обучающихся по программам в области физической культуры и спорта</p>
ПК 3.1.	<p>-находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры</p> <p>-планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой</p> <p>-планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состоянием здоровья и организационными условиями занятий</p> <p>-разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической</p>	<p>-значение, место и основные исторические этапы становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании</p> <p>-учебный предмет «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ</p> <p>-требования и логику планирования учебного процесса по физической культуре</p> <p>-общая цель и задачи физического воспитания обучающихся и их конкретизация для школьников разного возрастного периода</p>

	культуры в соответствии с методическими требованиями	
ПК 3.2.	<p>-методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей обучающихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья</p> <p>-применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы</p> <p>-использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков физической культуры, достижения необходимой общей и моторной «плотности»</p> <p>-обучать технике физических упражнений согласно методики поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам</p> <p>-осуществлять комплексное и направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возраста и физической подготовленности обучающихся</p> <p>-дозировать физическую нагрузку, исходя из возраста обучающихся, их физической подготовленности, состояния здоровья и специфики выполняемых упражнений</p> <p>-использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса</p> <p>-формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями</p> <p>-разрабатывать, в соответствии с тематикой уроков, самостоятельную работу по учебному предмету,</p>	<p>-методические особенности проведения уроков физической культуры для обучающихся различного школьного возраста</p> <p>-классификация, направленность и педагогические возможности средств и методов физического воспитания применительно к урочным формам занятий физической культурой</p> <p>-методика поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся школьного возраста</p> <p>-методические основы воспитания физических качеств и способностей обучающихся школьного возраста</p> <p>-приёмы страховки и самостраховки, требования охраны труда при проведении занятий</p> <p>-специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>-возможности урока физической культуры в воспитании обучающихся</p>

	<p>адаптированную для выполнения в домашних условиях</p> <ul style="list-style-type: none"> -использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья -использовать в воспитании обучающихся возможности урока физической культуры -использовать и оборудовать места для занятий, применять спортивный и учебный инвентарь -обучать приемам страховки и самостраховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках физической культуры 	
<p>ПК 3.3.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -оценивать качество освоения учащимися двигательных действий, предусмотренных программными требованиями по учебному предмету «Физическая культура» -использовать принятую в отечественной педагогике систему оценивания качества образовательного процесса по учебному предмету, рекомендованные контрольные нормативы для оценивания физической подготовленности обучающихся в соответствии с их возрастом -осуществлять регистрацию показателей функциональной подготовленности обучающихся -использовать доступные и информативные контрольно-измерительные приборы, отражающие результативность педагогического процесса по учебному предмету «Физическая культура» 	<ul style="list-style-type: none"> -педагогический контроль и учёт в физическом воспитании обучающихся -назначение основных средств и методов контроля качества образовательного процесса по физической культуре -педагогический контроль за двигательной, физической и функциональной подготовленностью обучающихся и соответствующие контрольные упражнения (тесты) -назначение доступных и информативных контрольно-измерительных приборов, и возможности их использование для получения объективной информации о результатах педагогического процесса по физической культуре -особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении учебного предмета «Физическая культура» -разновидности и назначение документации, обеспечивающей процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Объем образовательной программы	144
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	144
в том числе:	
в форме практической подготовки:	144
практические занятия	144
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	-
Промежуточная аттестация в форме семестрового контроля и дифференцированного зачёта	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.13.01 Легкая атлетика

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак. ч / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч	Формат проведения занятия (очный, онлайн (дистанционное занятие с преподавателем/самостоятельное изучение)	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
		144/144		
1 семестр				
Раздел 1. Основы легкой атлетики		4/4	Очный	ОК 01.; ОК 02.; ОК 04.; ЦО 5.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4
Тема 1.1 Структура и содержание дисциплины «Легкая атлетика»	Содержание учебного материала	4	Очный	
	Введение в легкую атлетику. Лёгкая атлетика в системе физического воспитания. Предмет и задачи лёгкой атлетики. Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой.	2	Очный	
Тема 1.2 История развития и становления легкой атлетики как вида спорта	Основные этапы развития и становления лёгкой атлетики в России и мире. Виды лёгкой атлетики: классификация, происхождение и развитие. Терминология в легкой атлетике.	2	Очный	
Раздел 2. Основы техники легкоатлетических видов спорта		68/68	Очный	ОК 06.; ОК 08; ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ЦО 5.5, ЦО 5.6, ЦО 5.7,
Тема 2.1 Классификация техники движений	Содержание учебного материала	68	Очный	
	Основы техники легкоатлетических упражнений, фазы, структуры, силы движений.	2	Очный	
Тема 2.2 Техника спортивной ходьбы и бега	-Основы техники спортивной ходьбы; -Техника спортивной ходьбы; -Основы техники бега; -Техника бега;	30	Очный	

	-Техника бега на средние и длинные дистанции; -Техника бега на сверхдлинные дистанции; -Техника кроссового бега; -Техника бега на короткие дистанции; -Техника эстафетного бега; -Техника барьерного бега; -Техника бега с препятствиями			
Тема 2.3 Техника легкоатлетических прыжков	-Основы техники прыжков; -Техника различных легкоатлетических прыжков (техника прыжков в длину с разбега, техника прыжков в высоту с разбега, техника тройного прыжка с разбега, техника прыжка в высоту с шестом).	18	Очный	
Тема 2.4 Техника легкоатлетических метаний	-Основы техники метаний; -Техника различных видов метаний (техника метания копья, гранаты, малого мяча, техника толкания ядра, техника метания диска, техника метания молота).	18	Очный	
Промежуточная аттестация в форме семестрового контроля				
2 семестр				
Раздел 3. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта		62/62	Очный	ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1.; ПК 3.1.;
Тема 3.1 Основы методики обучения	Содержание учебного материала	62	Очный	ПК 3.2.; ПК 3.3; ЦО 6.2,
	Особенности методики обучения легкоатлетическим видам спорта	2	Очный	ЦО 6.4, ЦО 6.5, ЦО 6.1, ЦО 6.2, ЦО 6.3, ЦО 6.4,
Тема 3.2 Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега	Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега	20	Очный	ЦО 6.5, ЦО 6.6 , ЦО 6.7

Тема 3.3 Методика обучения технике легкоатлетических прыжков	Методика обучения технике легкоатлетических прыжков	20	Очный	
Тема 3.4 Методика обучения технике легкоатлетических метаний	Методика обучения технике легкоатлетических метаний	20	Очный	
Раздел 4. Организация и судейство соревнований по легкой атлетике		10/10	Очный	ПК 1.1.; ПК 2.1; ПК 1.5; ПК 3.3
Тема 4.1 Основные методические положения судейства в легкой атлетике	Содержание учебного материала	10	Очный	
	-Особенности организации и проведения соревнований по легкой атлетике; -Основы судейства разных видов легкой атлетики. -Практикум по судейству.	10	Очный	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта				
Объем образовательной программы		144		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

1. Оборудование и инвентарь спортивного зала:

стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка,

ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

2. Открытый стадион широкого профиля:

стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног, для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт—Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или)

электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам [Электронный ресурс] : учеб. для СПО / Алхасов, Дмитрий Сергеевич ; Д.С. Алхасов, С.Н. Амелин. - М. : Юрайт, 2018.

2. Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Методика обучения предмету "Физическая культура" : в 2 ч. [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО. Ч. 2 / Алхасов, Дмитрий Сергеевич ; Д.С. Алхасов. - М. : Юрайт, 2018.

3. Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Методика обучения предмету "Физическая культура" : в 2 ч. [Электронный ресурс] : учеб. пособие для СПО. Ч. 1 / Алхасов, Дмитрий Сергеевич ; Д.С. Алхасов. - М. : Юрайт, 2018.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Журнал «Физическая культура и спорт» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fismag.ru/> (дата обращения: 20.06.2024).

2. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы [сайт]. — URL: <http://www.mosSPORT.ru> (дата обращения: 20.06.2024).

3. Сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики [сайт]. — URL: <http://sport.minstm.gov.ru> (дата обращения: 20.06.2024).

4. Сайт ФизкультУРА [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fizkult-ura.ru> (дата обращения: 30.06.2024).

5. Физическая культура в школе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fizkulturavshkole.ru> (дата обращения: 20.06.2024).

6. Цифровой образовательный ресурс IPR Smart [сайт]. — URL: www.iprbookshop.ru (дата обращения: 20.06.2024).

7. Электронно-библиотечная система Знаниум [сайт]. — URL: www.znanium.com (дата обращения: 20.06.2024).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
Знать: - терминологию легкой атлетики - профессионально значимые двигательных действия легкой атлетики - технику безопасности на занятиях легкой атлетикой - методику обучения профессионально значимых двигательным действиям легкой атлетики - методику проведения занятий по легкой атлетике - основы организации и проведения соревнований и судейства по легкой атлетике	- используют терминологию легкой атлетики в соответствии с требованиями; - описывают технику профессионально значимых двигательных действий легкой атлетики; - перечисляют требования к технике безопасности на занятиях легкой атлетикой; - знают методику обучения профессионально значимых двигательных действий в легкой атлетике; - описывают особенности проведения занятий по легкой атлетике; - описывают особенности организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейству.	оценка результатов выполнения практических заданий; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
выполнять профессионально значимые двигательные действия легкой атлетики	- выполняют двигательные действия из легкой атлетики с учетом требований к технике; - соблюдают требования и правила, предъявляемые к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по легкой атлетике;	оценка результатов выполнения практических заданий;
использовать терминологию легкой атлетики	- выбирают рационально места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по легкой атлетике;	тестирование; оценка заданий при проведении
применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений	- своевременно подготавливают место занятия, рационально размещают спортивный инвентарь и оборудование с учетом вида деятельности по легкой атлетике;	текущего контроля; промежуточной аттестации
использовать оборудование и инвентарь для занятий легкой атлетикой в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации	- подбирают эффективные, разнообразные упражнения для обучения двигательным действиям по легкой атлетике;	
проводить учебно-тренировочные занятия по легкой атлетике	- применяют различные способы организации для рационального размещения занимающихся в зале и на спортивном стадионе с учетом задач и содержания занятий по легкой атлетике; - соблюдают требования к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по легкой атлетике; - соблюдают методическую последовательность при проведении занятий по легкой атлетике; - выявляют ошибки и своевременно их корректируют при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по легкой атлетике.	