

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Еремина Юлия Сергеевна  
Должность: И.о. директора  
Дата подписания: 19.06.2025 18:55:37  
Уникальный программный ключ:  
10fd1e68a2d857e525acc62cd56af70b06cec5d3

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования  
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»  
в г. Буденновске

Кафедра начального образования и гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующий кафедрой

 Е. А. Карагодина

Протокол №10

от 06.05.2025 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### **Б1.О.03.ДВ.01.02 Легкая атлетика**

(наименование учебной дисциплины)

Уровень основной образовательной программы: бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль: «Психология и педагогика дошкольного образования»

Форма обучения: очная

Срок освоения: 4 года

Кафедра начального образования и гуманитарных дисциплин

Год начала подготовки: 2025

Буденновск, 2025 г.

Программу составил: Кряженко Е.Н., ст.преподаватель  
(Фамилия И.О., уч.степень, уч. звание, должность)

Рабочая программа дисциплины «Легкая атлетика» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденного приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 122 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование» (Зарегистрировано в Минюсте России 15.03.2018 № 50364).

Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование», профиль «Психология и педагогика дошкольного образования», утвержденного Советом филиала от 17.04.2025 г., протокол № 6.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры начального образования и гуманитарных дисциплин, протокол № 10 от 06 мая 2025 г. для исполнения в 2025-2026 учебном году

И. о. заведующего кафедрой Е.А. Карагодина Е.А. Карагодина

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой Ю. И. Стебловская Ю. И. Стебловская

Срок действия рабочей программы дисциплины: 2025-2026 учебный год

## Содержание

|                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Цель и задачи, дисциплины.....                                  | 3  |
| 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы .....    | 4  |
| 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине.....              | 4  |
| 4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....             | 6  |
| 5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий ..... | 6  |
| 6. Контроль качества освоения дисциплины.....                      | 7  |
| 7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.....                 | 10 |
| 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы.....      | 10 |
| 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины .....            | 11 |

### 1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Легкая атлетика» является формирование физической культуры личности и способности применять элементы легкой атлетики, направленного использования в физической культуре, в спорте, в туризме, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- 1- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- 2- знание научно - биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- 3- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- 4- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- 5- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- 6- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений

### 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Легкая атлетика» относится к обязательной части Блока 1, Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

Для освоения учебного материала по дисциплине используются знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин: «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Безопасность жизнедеятельности»

Знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения следующих дисциплин: Инклюзивное образование обучающихся с ОВЗ, а также для прохождения учебной и производственной практик, подготовки к государственной итоговой аттестации.

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

| Код наименования и компетенции         | Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                             | Результаты обучения по дисциплине                              |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>Универсальные компетенции</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                |
| УК-3. Способен осуществлять Социальное | УК-3.1. Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения<br>УК 3.2. Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия.<br>УК 3.3. Демонстрирует навыки работы с институтами и организациями в процессе осуществления социального взаимодействия.** | <b>знать:</b><br>основные приемы и технологии работы в команде |

|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| взаимодействие и реализовывать свою роль в команде                                                                                              |                                                                                                                                                                                                      | <b>уметь:</b><br>работать в команде, проявлять лидерские качества и умения в ходе занятия                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.     | <b>знать:</b><br>основные принципы, средства и методы обучения в спортивной тренировке.<br><b>уметь:</b><br>формулировать конкретные задачи спортивной тренировки в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий                    |
|                                                                                                                                                 | УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.                                                                                   | <b>знать:</b><br>способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности<br><b>уметь:</b><br>оценивать эффективность занятий, анализировать технику упражнений, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения                                                                                 |
|                                                                                                                                                 | УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | <b>знать:</b><br>влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.<br><b>уметь:</b><br>выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры. |
|                                                                                                                                                 | УК-7.4. Демонстрирует применение                                                                                                                                                                     | <b>знать:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|  |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно- спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p> | <p>основы методики спортивной тренировки , а также требования к рациональным вариантам форм спортивной тренировки..</p> <p><b>уметь:</b><br/>оценивать эффективность занятий, анализировать технику двигательных действий, тактику двигательной деятельности, уровень физической подготовленности занимающихся, определять причины ошибок, находить и корректноприменять средства, методы и методические приемы их устранения.</p> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет– 328 часов, включая промежуточную аттестацию.

| Вид учебной работы                                                                   |                                                 | Всего часов | Семестры |    |    |    |    |    |    |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------|----------|----|----|----|----|----|----|----|
|                                                                                      |                                                 |             | 1        | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| Контактные часы                                                                      | <b>Всего:</b>                                   | <b>328</b>  |          |    |    |    |    |    |    |    |
|                                                                                      | Лекции (Лек)                                    |             |          |    |    |    |    |    |    |    |
|                                                                                      | Практические занятия (в т.ч. семинары) (Пр/Сем) | 328         | 48       | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
|                                                                                      | Лабораторные занятия (Лаб)                      |             |          |    |    |    |    |    |    |    |
|                                                                                      | Индивидуальные занятия (ИЗ)                     |             |          |    |    |    |    |    |    |    |
| Промежуточная аттестация                                                             | Зачет, зачет с оценкой, экзамен (КПА)           | 0           |          |    |    |    |    |    |    |    |
|                                                                                      | Консультация к экзамену (Конс)                  |             |          |    |    |    |    |    |    |    |
|                                                                                      | Курсовая работа (Кр)                            |             |          |    |    |    |    |    |    |    |
|                                                                                      |                                                 |             |          |    |    |    |    |    |    |    |
| Самостоятельная работа студентов, в т.ч. с использованием электронного обучения (СР) |                                                 |             |          |    |    |    |    |    |    |    |
| Подготовка к экзамену (Контроль)                                                     |                                                 |             |          |    |    |    |    |    |    |    |
| Вид промежуточной аттестации                                                         |                                                 | зачет       |          |    |    |    |    |    |    |    |
| <b>Общая трудоемкость (по плану)</b>                                                 |                                                 | <b>328</b>  |          |    |    |    |    |    |    |    |

### 5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий

| Наименование раздела (темы)<br>дисциплины                             | Лекции | Практические<br>занятия (в т.ч. семинары) | Форма промежуточного<br>контроля | СРС | Всего | Планируемые результаты<br>обучения | Формы текущего<br>контроля |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------|----------------------------------|-----|-------|------------------------------------|----------------------------|
| <b>Семестр 1</b>                                                      |        |                                           |                                  |     |       |                                    |                            |
| Бег на короткие дистанции                                             |        | 10                                        |                                  |     |       | УК-3.1                             | Тест                       |
| Бег на средние и длинные дистанции                                    |        | 10                                        |                                  |     |       | УК-3.1                             | Тест                       |
| Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике             |        | 10                                        |                                  |     |       | УК-3.1                             | Тест                       |
| Метания                                                               |        | 10                                        |                                  |     |       | УК-3.1                             | Тест                       |
| Эстафетный бег                                                        |        | 8                                         |                                  |     |       | УК-3.1                             | Тест                       |
| Форма промежуточной аттестации<br>(зачет / зачет с оценкой / экзамен) |        |                                           |                                  |     |       |                                    |                            |
| Подготовка к экзамену,<br>если предусмотрен УП                        |        |                                           |                                  |     |       |                                    |                            |
| Курсовая работа / курсовой проект,<br>если предусмотрено УП           |        |                                           |                                  |     |       |                                    |                            |
| <b>Всего за семестр:</b>                                              |        | 48                                        |                                  |     |       |                                    | зачет                      |
| <b>Семестр 2</b>                                                      |        |                                           |                                  |     |       |                                    |                            |
| Бег на короткие дистанции                                             |        | 6                                         |                                  |     |       | УК-7.1                             | Тест,<br>реферат           |
| Бег на средние и длинные дистанции                                    |        | 6                                         |                                  |     |       | УК-7.1                             | Тест,<br>реферат           |
| Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике             |        | 6                                         |                                  |     |       | УК-7.1                             | Тест,<br>реферат           |
| Метания                                                               |        | 8                                         |                                  |     |       | УК-7.1                             | Тест,<br>реферат           |
| Эстафетный бег                                                        |        | 8                                         |                                  |     |       | УК-7.1                             | Тест,<br>реферат           |
| Форма промежуточной аттестации<br>(зачет / зачет с оценкой / экзамен) |        |                                           |                                  |     |       |                                    |                            |
| Подготовка к экзамену,<br>если предусмотрен УП                        |        |                                           |                                  |     |       |                                    |                            |
| Курсовая работа / курсовой проект,<br>если предусмотрено УП           |        |                                           |                                  |     |       |                                    |                            |
| <b>Всего за семестр:</b>                                              |        | 40                                        |                                  |     |       |                                    | зачет                      |

| Наименование раздела (темы)<br>дисциплины | Лекции | Практические<br>занятия (в т.ч. семинары) | Форма промежуточного<br>контроля | СРС | Всего | Планируемые результаты<br>обучения | Формы текущего<br>контроля |
|-------------------------------------------|--------|-------------------------------------------|----------------------------------|-----|-------|------------------------------------|----------------------------|
|-------------------------------------------|--------|-------------------------------------------|----------------------------------|-----|-------|------------------------------------|----------------------------|

| Семестр 3                                                          |  |    |  |  |  |         |               |
|--------------------------------------------------------------------|--|----|--|--|--|---------|---------------|
| Бег на короткие дистанции                                          |  | 6  |  |  |  | УК-7.1; | Тест, реферат |
| Бег на средние и длинные дистанции                                 |  | 6  |  |  |  | УК-7.2  | Тест, реферат |
| Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике          |  | 6  |  |  |  | УК3.3   | Тест, реферат |
| Метания                                                            |  | 8  |  |  |  | УК3.3   | Тест, реферат |
| Эстафетный бег                                                     |  | 8  |  |  |  | УК3.3   | Тест, реферат |
| Форма промежуточной аттестации (зачет / зачет с оценкой / экзамен) |  |    |  |  |  |         |               |
| Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП                        |  |    |  |  |  |         |               |
| Курсовая работа / курсовой проект, если предусмотрено УП           |  |    |  |  |  |         |               |
| <b>Всего за семестр:</b>                                           |  | 40 |  |  |  |         | зачет         |
| Семестр 4                                                          |  |    |  |  |  |         |               |
| Бег на короткие дистанции                                          |  | 6  |  |  |  |         | Тест, реферат |
| Бег на средние и длинные дистанции                                 |  | 6  |  |  |  | УК-7.1  | Тест, реферат |
| Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике          |  | 6  |  |  |  | УК-7.1  | Тест, реферат |
| Метания                                                            |  | 8  |  |  |  | УК-7.1  | Тест, реферат |
| Эстафетный бег                                                     |  | 8  |  |  |  | УК-7.1  | Тест, реферат |
| Форма промежуточной аттестации (зачет / зачет с оценкой / экзамен) |  |    |  |  |  |         |               |
| Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП                        |  |    |  |  |  |         |               |
| Курсовая работа / курсовой проект, если предусмотрено УП           |  |    |  |  |  |         |               |
| <b>Всего за семестр:</b>                                           |  | 40 |  |  |  |         | зачет         |
| Семестр 5                                                          |  |    |  |  |  |         |               |
| Бег на короткие дистанции                                          |  | 6  |  |  |  | УК-7.1  | Тест, реферат |
| Бег на средние и длинные дистанции                                 |  | 6  |  |  |  | УК-7.1  | Тест, реферат |
| Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике          |  | 6  |  |  |  | УК-7.1  | Тест, реферат |
| Метания                                                            |  | 8  |  |  |  | УК-7.1  | Тест, реферат |
| Эстафетный бег                                                     |  | 8  |  |  |  | УК-7.2  | Тест, реферат |
| Форма промежуточной аттестации (зачет / зачет с оценкой / экзамен) |  |    |  |  |  |         |               |



|                                                                       |  |           |  |  |  |         |                  |
|-----------------------------------------------------------------------|--|-----------|--|--|--|---------|------------------|
| Подготовка к экзамену,<br>если предусмотрен УП                        |  |           |  |  |  |         |                  |
| Курсовая работа / курсовой проект,<br>если предусмотрено УП           |  |           |  |  |  |         |                  |
| <b>Всего за семестр:</b>                                              |  | 40        |  |  |  |         | зачет            |
| <b>Семестр 6</b>                                                      |  |           |  |  |  |         |                  |
| Бег на короткие дистанции                                             |  | 6         |  |  |  | УК-7.1; | Тест,<br>реферат |
| Бег на средние и длинные дистанции                                    |  | 6         |  |  |  | УК-7.2  | Тест,<br>реферат |
| Развитие специальных физических ка-<br>честв в лёгкой атлетике        |  | 6         |  |  |  |         | Тест,<br>реферат |
| Метания                                                               |  | 8         |  |  |  |         | Тест,<br>реферат |
| Эстафетный бег                                                        |  | 8         |  |  |  |         | Тест,<br>реферат |
| Форма промежуточной аттестации<br>(зачет / зачет с оценкой / экзамен) |  |           |  |  |  |         |                  |
| Подготовка к экзамену,<br>если предусмотрен УП                        |  |           |  |  |  |         |                  |
| Курсовая работа / курсовой проект,<br>если предусмотрено УП           |  |           |  |  |  |         |                  |
| <b>Всего за семестр:</b>                                              |  | 40        |  |  |  |         |                  |
| <b>Семестр 7</b>                                                      |  |           |  |  |  |         |                  |
| Бег на короткие дистанции                                             |  | 6         |  |  |  | УК-7;4  | Тест,<br>реферат |
| Бег на средние и длинные дистанции                                    |  | 6         |  |  |  | УК-7.1  | Тест,<br>реферат |
| Развитие специальных физических ка-<br>честв в лёгкой атлетике        |  | 6         |  |  |  | УК-7.1  | Тест,<br>реферат |
| Метания                                                               |  | 8         |  |  |  | УК-7.1  | Тест,<br>реферат |
| Эстафетный бег                                                        |  | 8         |  |  |  | УК-7.1  | Тест,<br>реферат |
| Форма промежуточной аттестации<br>(зачет / зачет с оценкой / экзамен) |  |           |  |  |  |         |                  |
| Подготовка к экзамену,<br>если предусмотрен УП                        |  |           |  |  |  |         |                  |
| Курсовая работа / курсовой проект,<br>если предусмотрено УП           |  |           |  |  |  |         |                  |
| <b>Всего за семестр</b>                                               |  | <b>40</b> |  |  |  |         | зачет            |
|                                                                       |  |           |  |  |  |         |                  |
| <b>Семестр 8</b>                                                      |  |           |  |  |  |         |                  |
| Бег на короткие дистанции                                             |  | 6         |  |  |  | УК-7;4  | Тест,<br>реферат |
| Бег на средние и длинные дистанции                                    |  | 6         |  |  |  | УК-7.1  | Тест,<br>реферат |
| Развитие специальных физических ка-<br>честв в лёгкой атлетике        |  | 6         |  |  |  | УК-7.1  | Тест,<br>реферат |

|                                                                    |  |            |  |  |  |        |               |
|--------------------------------------------------------------------|--|------------|--|--|--|--------|---------------|
| Метания                                                            |  | 8          |  |  |  | УК-7.1 | Тест, реферат |
| Эстафетный бег                                                     |  | 8          |  |  |  | УК-7.1 | Тест, реферат |
| Форма промежуточной аттестации (зачет / зачет с оценкой / экзамен) |  |            |  |  |  |        |               |
| Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП                        |  |            |  |  |  |        |               |
| Курсовая работа / курсовой проект, если предусмотрено УП           |  |            |  |  |  |        |               |
| <b>Всего за семестр</b>                                            |  | <b>40</b>  |  |  |  |        | зачет         |
| <b>Итого:</b>                                                      |  | <b>328</b> |  |  |  |        |               |

Планы проведения учебных занятий отражены в методических материалах (Приложение 1.).

## 6. Контроль качества освоения дисциплины

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах», «Положением о рейтинговой системе учета учебных достижений студентов в ГБОУ ВО СГПИ».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

| Уровень сформированности компетенции                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| не сформирована                                                                                                                                                                                                                                                        | сформирована частично                                                                                                                                                                                                                                                                    | сформирована в целом                                                                                                                                                                                                                           | сформирована полностью                                                                                                                                                                                                                                   |
| «Не зачтено»                                                                                                                                                                                                                                                           | «Зачтено»                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| «Неудовлетворительно»                                                                                                                                                                                                                                                  | «Удовлетворительно»                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Хорошо»                                                                                                                                                                                                                                       | «Отлично»                                                                                                                                                                                                                                                |
| Описание критериев оценивания                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Обучающийся демонстрирует:<br>- существенные пробелы в знаниях учебного материала;<br>- допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;<br>- непонимание сущности дополнительных | Обучающийся демонстрирует:<br>- знания теоретического материала;<br>- неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов;<br>- неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы;<br>- недостаточное владение литературой, | Обучающийся демонстрирует:<br>- знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала;<br>- твердые знания теоретического материала.<br>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять | Обучающийся демонстрирует:<br>- глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;<br>- полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ных вопросов в рамках заданий билета;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</li> <li>- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.</li> </ul> | <p>рекомендованной программой дисциплины;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение без грубых ошибок решать практические задания.</li> </ul> | <p>противоречия, проблемы и тенденции развития;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы;</li> <li>- умение решать практические задания, которые следует выполнить;</li> <li>- владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> </ul> <p>Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;</li> <li>- логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора;</li> <li>- умение решать практические задания;</li> <li>- наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам;</li> <li>- свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</li> </ul> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Полный комплект методических документов размещен на ЭИОС ГБОУ ВО СГПИ.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности): поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками, нормативными документами, архивными и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка сообщения (доклада, реферата, эссе); выполнение индивидуальных заданий; подготовка к практическим, семинарским, лабораторным занятиям и др.; выполнение курсовой работы, курсового проекта (если предусмотрено); подготовка к экзамену.

## 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### *Основная литература*

1. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1.

— Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565611> (дата обращения: 14.06.2025).

2. Зайцев, А. А. Легкая атлетика : учебник для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, С. Я. Луценко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 70 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19950-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/569108> (дата обращения: 14.06.2025).

3. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12624-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476677>

4. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472873>

#### ***Дополнительная литература***

1. Бахтина, Т. Н. Физическая культура : учебное пособие / Т. Н. Бахтина, И. И. Александров, Н. В. Курова. — Санкт-Петербург : СПбГЛТУ, 2012. — 128 с. — ISBN 978-5-9239-0463-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/45580>

2. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. — 4-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2018. — 421 с. — ISBN 978-5-9765-0315-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/109526>

3. Князев, В. М. Физическая культура в высших учебных заведениях России : учебное пособие / В. М. Князев, С. С. Прокопчук. — Санкт-Петербург : НИУ ИТМО, 2013. — 167 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/71158>

4. Кузьменко, Г. А. Физическая культура и оптимизация процесса спортивной подготовки: организационная культура личности юного спортсмена: Программа элективного курса для основного общего образования / Г. А. Кузьменко, К. М. Эссеббар. — Москва : МПГУ, 2013. — 140 с. — ISBN 978-5-7042-2328-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/70052>

5. Германов, Г. Н. Легкая атлетика в основной и средней (полной) школе : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 258 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05787-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472942>

#### ***Периодические издания***

1. Теория и практика физической культуры. - 2003-2017. - № 1-12
2. Физическая культура. Воспитание, образование, тренировка. - 2003. - № 3-4; 2004. - № 1-6; 2005. - № 1-3; 2006-2009. - № 1-6; 2010. - № 4-6; 2011-2015. - № 1-6; 2016. - № 1-3

#### ***Интернет-ресурсы (базы данных, информационно-справочные системы и др.)*** **ЭБС**

1. Электронная библиотечная система ГБОУ ВО СГПИ <https://slab.sspi.ru>
2. Электронная библиотечная система «Издательство Лань» <https://e.lanbook.com>
3. Электронное издательство «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru>
4. Электронно-библиотечная система «Айбукс» <https://ibooks.ru>

## ЭОР

1. Словари и энциклопедии на «Академике» <https://dic.academic.ru>
2. Педагогическая мастерская «Первое сентября» <https://fond.1sept.ru>
3. Федеральный портал «Российское образование» <https://www.edu.ru>
4. Электронная библиотека ИМЛИ РАН <https://biblio.imli.ru>
5. Электронная библиотека ИМЛИ РАН (Пушкинский дом) <http://pushkinskiydom.ru>
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://www.elibrary.ru>
7. Педагогическая библиотека <https://pedlib.ru>
8. Научная электронная библиотека открытого доступа «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru>
9. Библиотека академии наук [https://www.rasl.ru/e\\_resours/resursy\\_otkrytogo\\_dostupa.php](https://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php)
10. Официальный сайт Российской государственной библиотеки <https://www.rsl.ru>
11. Официальный сайт Российской национальной библиотеки <https://nlr.ru>
12. Государственная публичная научно-техническая библиотека России <https://ellib.gpntb.ru>
13. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <https://fgosvo.ru>
14. Газета «Вести образования» <https://vogazeta.ru>
15. Учительская газета <https://ug.ru>
16. Вестник образования России <https://vestniknews.ru>
17. Газета «Первое сентября» <https://ps.1sept.ru>
18. Электронный журнал «Психологическая наука и образование» <https://psyjournals.ru>
19. Проект «Словари.ру» - интерактивные лингвистические словари <https://www.slovari.ru>
20. «ГАРАНТ-Образование» - специальный комплект интернет-версии, ориентированный на студентов, аспирантов и преподавателей <https://edu.garant.ru>
21. Универсальная энциклопедия Кирилла и Мефодия <https://megabook.ru>
22. Русский биографический словарь <http://www.rulex.ru>

## **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:

1. Microsoft Windows Home/Pro 10/11. Лицензия: V9889235, V3027389.
2. Microsoft Office Std/Pro 2007/2019/2021. Лицензия: V9889235, V3027389.
3. Ubuntu-based Linux - Xubuntu 22.04. Лицензия: GNU GPLv3.
4. Apache OpenOffice 4.1.13. Лицензия: Apache license version 2.0.
5. Браузеры Yandex, Chrome, Firefox, Opera, Internet Explorer, Edge. Лицензия: Freeware.

6. 7-Zip 22.01. Лицензия: GNU LGPLv3.
7. Adobe Acrobat Reader 21. Лицензия: Freeware.
8. VLC media player 3.0. Лицензия: GNU LGPLv2.1.
9. Редактор тестов Айрен 2.3. Лицензия: Freeware.
10. Kaspersky Endpoint Security 11. Лицензия: 0E26-210910-084908-180-634.

### 10..Лист изменений рабочей программы дисциплины

| №<br>п/п | Содержание изменений                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Реквизиты доку-<br>мента об утвер-<br>ждении измене-<br>ний    | Дата внесе-<br>ния измене-<br>ний |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 1.       | Разработана, утверждена и введена в действие на основании: Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденного приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 122 и в соответствии с Письмом МИНОБР-НАУКИ РОССИИ от 15.11.2023 № МН-5/203212 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по подготовке педагогических кадров на основе единых подходов к их структуре и содержанию образовательных программ высшего образования («Ядро высшего педагогического образования»)). | Протокол заседа-<br>ния кафедры от<br>«06» мая 2025 г.<br>№ 10 | 06.05.2025 г.                     |