

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Еремина Юлия Сергеевна
Должность: И.о. директора
Дата подписания: 17.06.2025 13:57:28
Уникальный программный ключ:
10fd1e68a2d857e525a6c62cd36af70b06cec5d3

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. заведующего кафедрой

Е. А. Карагодина 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: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профили: «Начальное образование» и «Русский язык»

Форма обучения: очная

Срок освоения: 5 лет

Кафедра начального образования и гуманитарных дисциплин

Год начала подготовки: 2025

Буденновск, 2025 г.

Программу составил: Кряженко Е.Н., старший 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 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) от «22» февраля 2018 г. № 125 (ред. от 08.02.2021 № 83) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (Зарегистрировано в Минюсте России 15.03.2018 № 50358).

Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили «Начальное образование» и «Русский язык», 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 и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
Универсальные компетенции		
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.	знать: основные принципы, средства и методы обучения и начальной тренировки в легкой атлетике; уметь: формулировать конкретные задачи преподавания легкой атлетики в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня

		физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий; владеть: основами организации физкультурно-спортивной деятельности;
	УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности уметь: оценивать эффективность занятий, анализировать технику упражнений, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения владеть: средствами, методами и методическими приемами их устранения

4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

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

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры				
			2	3	4	5	6
Контактные часы	Всего:	164,9	32,3	32	32,3	32	36,3
	Лекции (Лек)						
	Практические занятия (в т.ч. семинары) (Пр/Сем)	164	32	32	32	32	36
	Лабораторные занятия (Лаб)						
	Индивидуальные занятия (ИЗ)						
Промежуточная аттестация	Зачет, зачет с оценкой, экзамен (КПА)	0,9	0,3		0,3		0,3
	Консультация к экзамену (Конс)						
	Курсовая работа (Кр)						
Самостоятельная работа студентов, в т.ч. с использованием электронного обучения (СР)		163,1	31,7	32	31,7	32	35,7
Подготовка к экзамену (Контроль)							
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Общая трудоемкость (по плану)		328	64	64	64	64	72

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

Наименование раздела (темы) дисциплины	Лекции	Практические занятия (в т.ч. семинары)	Форма промежуточного контроля	СРС	Всего	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
Семестр 2							
Бег на короткие дистанции		6		6	12	УК-7.1;	Тест, реферат
Бег на средние и длинные дистанции		6		6	12	УК-7.2	Тест, реферат
Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике		6		6	12		Тест, реферат
Метания		6		6	12		Тест, реферат
Эстафетный бег		8		7,1	15,1		Тест, реферат
Форма промежуточной аттестации (зачет / зачет с оценкой / экзамен)			0,3		0,3		
Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП							
Курсовая работа / курсовой проект, если предусмотрено УП							
Всего за семестр:		32	0,3	31,7	64		
Семестр 3							
Бег на короткие дистанции		6		6	12		Тест, реферат
Бег на средние и длинные дистанции		6		6	12	УК-7.1	Тест, реферат
Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике		6		6	12	УК-7.1	Тест, реферат
Метания		6		6	12	УК-7.1	Тест, реферат
Эстафетный бег		8		8	16	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							
Всего за семестр:		32		32	64		
Семестр 4							
Бег на короткие дистанции		6		6	12	УК-7.1	Тест, реферат
Бег на средние и длинные дистанции		6		6	12	УК-7.1	Тест, реферат
Развитие специальных физических ка-		6		6	12	УК-7.1	Тест, реферат

честв в лёгкой атлетике							
Метания		6		6	12	УК-7.1	Тест, реферат
Эстафетный бег		8		7,1	15,1	УК-7.2	Тест, реферат
Форма промежуточной аттестации (зачет / зачет с оценкой / экзамен)			0,3		0,3	УК-7.1	
Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП						УК-7.1	
Курсовая работа / курсовой проект, если предусмотрено УП						УК-7.1	
Всего за семестр:		32	0,3	31,7	64	УК-7.1	
Семестр 5							
Бег на короткие дистанции		6		6	12	УК-7.1;	Тест, реферат
Бег на средние и длинные дистанции		6		6	12	УК-7.2	Тест, реферат
Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике		6		6	12		Тест, реферат
Метания		6		6	12		Тест, реферат
Эстафетный бег		8		8	16		Тест, реферат
Форма промежуточной аттестации (зачет / зачет с оценкой / экзамен)							
Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП							
Курсовая работа / курсовой проект, если предусмотрено УП							
Всего за семестр:		32		32	64		
Семестр 6							
Бег на короткие дистанции		8		8	16	УК-7;4	Тест, реферат
Бег на средние и длинные дистанции		8		8	16	УК-7.1	Тест, реферат
Развитие специальных физических качеств в лёгкой атлетике		8		8	16	УК-7.1	Тест, реферат
Метания		6		6	12	УК-7.1	Тест, реферат
Эстафетный бег		6		5,7	11,7	УК-7.1	Тест, реферат
Форма промежуточной аттестации (зачет / зачет с оценкой / экзамен)			0,3		0,3		
Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП							
Курсовая работа / курсовой проект, если предусмотрено УП							
Всего за семестр		36	0,3	35,7	72		
Итого:		164	0,9	163,1	328		

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: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания.	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой,	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические зада-

		рекомендованной программой дисциплины; Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	ния; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.
--	--	--	---

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.Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 300 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12402-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476623>

2.Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021— 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/467745> (дата обращения: 30.08.2021).

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

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.

Лист актуализации рабочей программы дисциплин

№ п/п	Содержание изменений	Реквизиты доку- мента об утвер- ждении измене- ний	Дата внесе- ния измене- ний
1.	Разработана, утверждена и введена в действие на основании: Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 125 (ред. от 08.02.2021 № 83) и в соответствии с Письмом МИНОБРНАУКИ 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 заседания кафедры от «06» мая 2025 г. № 10	06.05.2025 г.