

**Частная образовательная организация
высшего образования
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
(ЧОО ВО СПИ)**

КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН



АННОТАЦИЯ

к рабочей программе
дисциплины «Теория и методика легкой атлетики»

индекс по ФГОС ВО (учебному плану) – Б1.В.ОД. 18

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль «Физическая культура»

Год начала подготовки по УП- 2014

Дербент 2018

Цель курса:

формирование знаний, умений и навыков в области легкой атлетики, и готовности к применению их в практической деятельности.

Задачи курса:

Бакалавр по направлению подготовки **44.03.01 Педагогическое образование** готовится к следующим видам профессиональной деятельности:

- педагогическая;
- культурно-просветительская.

Место дисциплины в структуре ОПОП подготовки бакалавра:

Дисциплина «Теория и методика легкой атлетики» является дисциплиной вариативной части профессионального цикла по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» профиль Физическая культура. Дисциплина изучается на кафедре естественнонаучных и социально-экономических дисциплин.

Курс «Методика преподавания дисциплины легкой атлетики», наряду с другими базовыми предметами учебного плана, обеспечивает профессиональную подготовку будущих специалистов физической культуры и спорта с достаточно широким диапазоном: общеобразовательные школы, средние специальные и высшие учебные заведения, детско-юношеские спортивные школы, училища олимпийского резерва, различные спортивные клубы.

Цикл дисциплины направлен на то, что бы вооружить студентов базовыми знаниями методов и средств физического воспитания, в частности легкой атлетики, в сочетании с теоретическими дисциплинами и в контексте с будущей целостной профессиональной деятельностью.

Центральное место в учебном плане подготовки специалиста занимают профилирующие дисциплины, от качества освоения которых, существенно зависит становление профессионализма на этом этапе. Здесь большое значение имеет система объединения этих дисциплин с ориентацией на целостную профессиональную деятельность, как отдельная дисциплина должна выступать в качестве средства достижения этой цели. При изучении дисциплины прослеживается логическая и содержательно-методическая взаимосвязь с другими дисциплинами профессионального цикла: «Физиология человека», «Биомеханика двигательной деятельности», «Лечебная физическая культура», «Медико-биологические основы спортивной тренировки», «Мониторинг физического развития и функционального состояния»; а также с дисциплинами раздела «Физическая культура».

Цикл дисциплины направлен на то, что бы вооружить студентов знаниями и навыками базовых средств физического воспитания, в частности легкой атлетики, в сочетании с теоретическими дисциплинами и в контексте будущей целостной профессиональной деятельности.

Требования к результатам освоения дисциплины: студент должен

Знать:

- основные этапы развития легкой атлетики как вида спорта в мировом спортивно движении, в России; олимпийскую историю легкой атлетики и влияние достижений выдающихся спортсменов-легкоатлетов (отечественных и зарубежных) на развитие спорта в мире;
- роль легкой атлетики и системы легкоатлетических упражнений как эффективного и доступного средства физической культуры и спорта;
- технику легкоатлетических видов (в том числе новых) и методику обучения им;

- методики многолетней подготовки спортсменов в легкой атлетике;
- особенности влияния возрастно-половых особенностей на развитие физических качеств.

Уметь:

- формировать двигательные навыки в процессе освоения видов легкой атлетики;
- использовать современные методики и технологии обучения различных категорий занимающихся легкоатлетическим видам и упражнениям;
- применять современные методики и технологии для развития физических качеств в процессе занятий легкой атлетикой, с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных и национальных условий;
- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения легкоатлетических занятий с использованием инструментальных методик;
- планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма и оказывать первую медицинскую помощь на занятиях легкой атлетикой;
- организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки на основе легкой атлетики;
- применять учебное и лабораторное оборудование, аудиовизуальные средства, компьютерную технику, тренажерные устройства и специальную аппаратуру на занятиях легкой атлетикой;
- организовывать и проводить соревнования по легкой атлетике для детей, подростков, взрослых и спортсменов различной квалификации;
- применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности;
- определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Владеть:

- методами и организацией комплексного (внешнего и индивидуального) контроля на занятиях легкой атлетикой;
- методами диагностики изменений, происходящих в организме под воздействием нагрузок;
- навыками оказания доврачебной помощи при экстремальных случаях.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1)
- способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2)
- способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеурочной деятельности (ПК-3)

Краткое содержание дисциплины:

Основы техники легкоатлетических видов. Техника спортивной ходьбы, бега и метания, прыжков, барьерного и эстафетного бега. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов. Выполнение упражнений на внимание и координацию движений. Выполнение упражнений с элементами акробатики.

Выполнение элементов подвижных игр (в зале и на местности). Специальные упражнения для бегунов, прыгунов и метателей. Выполнение упражнений для развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, прыгучести, ловкости, гибкости). Спортивная

тренировка в легкой атлетике. Общеподготовительные упражнения: строевые упражнения в различных вариантах, упражнения на внимание и координацию движений, общеразвивающие упражнения заданной направленности; подвижные и спортивные игры применительно к специализации легкоатлета (бегуна, прыгуна, метателя), упражнения для развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, прыгучести, ловкости). Спортивный отбор и прогнозирование результатов в легкой атлетике. Специальные упражнения при обучении и тренировке легкоатлетов.

Общая трудоемкость дисциплины: 252 часа, 7 зачетных единиц.