

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ: ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»**

### **1. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина «Теория и методика преподавания: Легкая атлетика» относится к дисциплинам Блока 1, обязательной части Б1.О.21.03.

### **2. Объем дисциплины: 6 зачетных единиц.**

**3. Содержание дисциплины:** Возникновение и развитие легкоатлетического спорта в России. Организация и содержание вне классной работы по легкой атлетике в школе. Типы, структура, содержание частей урока по легкой атлетике. Обязанности стартёра и судей на финише. Легкоатлетический спорт на Олимпийских играх древности. Методика обучения техники толкания ядра из И.П. «спиной». Характеристика разновидностей низкого старта. Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Способы прыжков в длину с разбега и их характеристика (по выбору). Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания. Характеристика разновидностей (по категориям) бега. Классификация легкоатлетических упражнений. Методика обучения техники низкого старта. Прикладное значение легкой атлетики. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Режим дня, самоконтроль и врачебный контроль при занятии легкой атлетикой. Методика обучения эстафетному бегу. Урок как основная форма организации занятий по легкой атлетике в школе. Анализ техники передачи и приема эстафетной палочки снизу. Особенности техники бега на короткие дистанции. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Основные пункты положения о соревнованиях. Методика обучения эстафетному бегу 4x100 м. Типы уроков атлетики в школе. Методика обучения техники прыжка в высоту с разбега способом «фосбери-флоп». Требования к технике безопасности при занятиях легкой атлетикой «прыжки, метания». Методика обучения прыжкам в длину с разбега. Легкая атлетика как учебная и научная дисциплина на факультетах физической культуры. Техника толкания ядра из исходного положения «боком». Анализ техники метания гранаты. Характеристика сектора толкания ядра. Особенности старта и техника бега по повороту. Задачи обучения и их характеристика. Типовая схема обучения легкоатлетическим упражнениям. Анализ основных фаз спринтерского бега. Техника способов финиширования. Характеристика основных фаз прыжков в длину. Характеристика методов обучения в легкой атлетике. Методика обучения технике спортивной ходьбы.

### **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.**

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
- способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке (ОПК-3).

### **5. Форма контроля:** зачет, экзамен.

### **6. Разработчик:** доцент, к.п.н Воробьева И.Н., ст. преподаватель Годжиев Г.Т.