

## Легкая атлетика и методика преподавания

**1 Цель дисциплины:** формирование систематизированных знаний в области теории и методики легкой атлетики.

### **2 Место дисциплины в структуре ООП:**

Дисциплина относится к обязательным дисциплинам вариативной части Блока 1 (Б1.В.ОД.12) по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» профили «Безопасность жизнедеятельности и физическая культура».

Предшествующими для изучения дисциплины является «Элективные курсы по физической культуре и спорту».

Данная дисциплина предшествует изучению дисциплин «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Методика обучения физической культуре», «Спортивное ориентирование».

### **3 Требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

- готовностью реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1);
- готовностью к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач (СК-2).

В результате освоения содержания дисциплины студент должен:

#### **знать:**

- основные этапы развития легкой атлетики как вида спорта в мировом спортивном 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;
- дидактические закономерности развития в легкой атлетике, как части спортивной науки;
- технику легкоатлетических видов (в том числе новых) и методику их обучения;
- основы и особенности методики многолетней подготовки спортсменов в легкой атлетике;
- особенности влияния возрастно-половых особенностей на развитие физических качеств средствами легкоатлетических упражнений и формирования двигательных навыков в освоении видов легкой атлетики;

#### **уметь:**

- 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 лёгкой атлетикой;
- организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки на основе легкой атлетики;
- использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе занятий лёгкой 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 при занятиях легкой атлетикой, особенностями изменений происходящих в организме под воздействием нагрузок и способами оказания доврачебной помощи при экстремальных случаях;

- методикой и современными технологиями обучения различных категорий занимающихся легкоатлетическим видам и упражнениям; развития физических качеств в процессе занятий легкой атлетикой, с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий.

**4 Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц.**