

Министерство физической культуры и спорта Свердловской области
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение Свердловской области
«Училище олимпийского резерва № 1 (колледж)»

УТВЕРЖДЕНО:

Директор ГАПОУ СО «УОР № 1 (колледж)»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4F4608FF173A2BA3FE0410F570E0AFD3
Владелец: Степанов Сергей Владимирович
Действителен: с 30.01.2023 до 24.04.2024

С.В. Степанов
Приказ № 12-10/5 от 30.08.2023 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИЦИПЛИНЫ
ОП.13 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
Раздел 2. Легкая атлетика

для специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

/для студентов 1 курса на базе среднего общего образования/

/для студентов 2 курса на базе основного общего образования/

Екатеринбург
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины	3
2. Структура и содержание учебной дисциплины	16
3. Условия реализации учебной дисциплины	23
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	24

**1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.13 «БАЗОВЫЕ И
НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП. 13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» /Раздел 2. Легкая атлетика/ является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08. ПК 1.1- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.-ПК 3.4.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимся осваиваются умения и знания

OK	Общие компетенции	Умения	Знания
OK 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<ul style="list-style-type: none"> • распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; • анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; • определять этапы решения задачи; • выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; • составлять план действия; • определять необходимые ресурсы; • владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; • реализовывать составленный план; • оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) 	<ul style="list-style-type: none"> • актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; • основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; • алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; • методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; • порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
OK 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • определять задачи для поиска информации; • определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; • структурировать получаемую информацию; • выделять наиболее значимое в перечне информации; • оценивать практическую значимость результатов поиска; • оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для 	<ul style="list-style-type: none"> • номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; • приемы структурирования информации; • формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; • порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.

		<p>решения профессиональных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> • использовать современное программное обеспечение; • использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. 	
OK 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<ul style="list-style-type: none"> • организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> • психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
OK 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	<ul style="list-style-type: none"> • описывать значимость своей специальности; 	<ul style="list-style-type: none"> • значимость профессиональной деятельности по специальности;

OK 08	<p>Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<ul style="list-style-type: none"> • использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; • применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; • пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности 	<ul style="list-style-type: none"> • роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; • основы здорового образа жизни; • условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; • средства профилактики перенапряжения
-------	--	---	---

Профессиональные компетенции	Навыки	Умения	Знания
Организация и проведение физкультурно-спортивной работы			
<p>ПК 1.1 Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • разработки общего плана физкультурно-спортивной работы • анализа и оценки физкультурно-спортивной работы 	<ul style="list-style-type: none"> • определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы • разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы • оценивать результативность физкультурно-спортивной работы 	<ul style="list-style-type: none"> • нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ • цели и задачи физкультурно-спортивной работы • направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы • требования к планированию и технологию планирования физкультурно-спортивной работы • показатели результативности физкультурно-спортивной работы

<p>ПК 1.2.</p> <p>Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях</p>	<ul style="list-style-type: none"> • проведения физкультурных мероприятий, направленных на формирование правовых, культурных, нравственных ценностей, 	<ul style="list-style-type: none"> • использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи 	<ul style="list-style-type: none"> • способы формирования правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи средствами физической культуры • средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи
<p>ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий • планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия • наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия, разработки предложений по их совершенствованию 	<ul style="list-style-type: none"> • использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников • разрабатывать программу проведения и план ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач 	<ul style="list-style-type: none"> • формы и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий • технология организации и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий • технологию разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия • методику проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий

	<ul style="list-style-type: none"> • проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия • проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия • определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности 	<ul style="list-style-type: none"> • оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности • проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия 	<ul style="list-style-type: none"> • техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий • подходы к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий • виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенности их эксплуатации • техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю
ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.	<ul style="list-style-type: none"> • участия в проведении спортивного соревнования или мероприятий по выполнению населением нормативов испытаний (тестов) • наблюдения и анализа спортивного соревнования или мероприятия по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов) 	<ul style="list-style-type: none"> • планировать работу судейской коллегии • пользоваться контрольно – измерительными приборами • оформлять документы при подготовке, организации и проведении спортивных соревнований, мероприятий по выполнению населением норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 	<ul style="list-style-type: none"> • основные положения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» • порядок организации и регламент проведения мероприятия по выполнению населением нормативов испытаний (тестов) • состав главной судейской коллегии по виду спорта, мероприятия и функции спортивных судей • правила видов спорта, в соответствии с которыми проводятся спортивные соревнования по выполнению населением

			различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов)
Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности			
ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.	<ul style="list-style-type: none"> изучения и анализа программ, реализуемых в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности) и методических материалов, обеспечивающих их реализацию планирования занятий по программам, реализуемым в области физической культуры и спорта с учётом их специфики, решаемых задач, применяемых педагогических технологий разработки методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта, программ физкультурно-спортивной работы 	<ul style="list-style-type: none"> анализировать нормативные документы, в области физической культуры и спорта анализировать программы, реализуемые в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности) осуществлять разработку методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта осуществлять разработку занятий по программам в области физической культуры и спорта с учётом их специфики и решаемых задач, применяемых педагогических технологий 	<ul style="list-style-type: none"> нормативные и методические документы, в области физической культуры и спорта разновидности программ в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности) технологию разработки методических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта педагогические технологии и современные методики подготовки обучающихся по программам в области физической культуры и спорта
Преподавание по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта (по выбору)			
ПК 3.1. Определять цели и задачи,	<ul style="list-style-type: none"> определения педагогических целей и задач, планирования 	<ul style="list-style-type: none"> определять педагогические цели и задачи, планировать учебные 	<ul style="list-style-type: none"> технологию планирования учебных занятий по дополнительным

<p>планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.</p>	<p>учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта</p>	<p>занятия с использованием различных методов, приемов и форм организации деятельности обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> • находить, анализировать возможности использования и использовать источники необходимые для планирования учебных занятий (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы) • планировать образовательный процесс, занятия и (или) циклы занятий с учетом • задач и особенностей образовательной программы • образовательных запросов обучающихся (детей и их родителей (законных представителей), возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения образовательной программы • фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и 	<p>общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта</p>
---	--	--	--

		<p>индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей)</p> <ul style="list-style-type: none"> • особенностей группы обучающихся • санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья обучающихся 	
ПК 3.2. Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.	<ul style="list-style-type: none"> • проведения учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической 	<ul style="list-style-type: none"> • понимать мотивы поведения обучающихся, их образовательные потребности и запросы (детей и их родителей (законных представителей) • контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья обучающихся в ходе обучения, применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений • использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы обучения (в том числе информационно- 	<ul style="list-style-type: none"> • требования нормативных документов, определяющие особенности организации образовательной деятельности при реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта; • содержание и методику реализации дополнительных общеразвивающих программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания; • формы и типы учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта; • характеристики различных методов, форм, приемов и средств обучения при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры

		<p>коммуникационные технологии (ИКТ), электронные образовательные и информационные ресурсы) с учетом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - задач дополнительной общеобразующие программы в области физической культуры и спорта; - состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей); - осуществлять электронное обучение, использовать дистанционные образовательные технологии (если это целесообразно); - готовить обучающихся к участию в соревнованиях 	<p>и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> • техники и приемы вовлечения в деятельность, мотивации к освоению дополнительных общеобразующих программ в области физической культуры и спорта; • основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью дополнительной общеобразующей программой в области физической культуры и спорта; • особенности работы с обучающимися, одаренными в области физической культуры и спорта и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся
ПК 3.3. Осуществлять контроль и учёт, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • педагогического наблюдения за обучающимися, анализа и интерпретации результатов педагогического наблюдения, с учетом задач, особенностей программы и обучающихся • контроля и оценки освоения дополнительных 	<ul style="list-style-type: none"> • контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья обучающихся в ходе обучения, применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических 	<ul style="list-style-type: none"> • подходы к анализу учебных занятий по дополнительным общеобразующим программам в области физической культуры и спорта • требования к контролю и учёту при реализации дополнительных общеобразующих программ в области физической культуры и спорта

обучающихся на учебных занятиях.	<p>общеразвивающих программ, анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки</p> <ul style="list-style-type: none"> • текущего контроля, помочи обучающимся в коррекции деятельности и поведения на занятиях • разработки рекомендаций по корректировке процесса освоения образовательной программы, собственной педагогической деятельности по результатам педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта 	<p>упражнений</p> <ul style="list-style-type: none"> • устанавливать соответствие средства, методы и приемы физического воспитания поставленным целям и задачам • создавать педагогические условия для формирования и развития самостоятельного контроля и оценки обучающимися процесса и результатов освоения образовательной программы • определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ • наблюдать за обучающимися, объективно оценивать процесс и результаты освоения дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в рамках установленных форм аттестации • пользоваться контрольно-измерительными приборами • анализировать 	<ul style="list-style-type: none"> • характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля и оценивания освоения дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • средства (способы) определения динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе освоения дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта • особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • особенности и организация педагогического наблюдения, других методов педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных результатов • понятия и виды качественных и количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении
----------------------------------	--	---	---

		<p>интерпретировать результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач, особенностей программы и обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> • использовать различные средства (способы) фиксации динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе освоения дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта • корректировать процесс освоения образовательной программы, собственную педагогическую деятельность по результатам педагогического контроля и оценки освоения общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта 	<p>дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> • методы подбора из существующих и (или) создания оценочных средств, позволяющих оценить индивидуальные образовательные достижения обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта
ПК 3.4. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую учебные занятия.	<ul style="list-style-type: none"> • ведения документации, обеспечивающей реализацию дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и 	<ul style="list-style-type: none"> • составлять текущую и периодическую отчетность на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам 	<ul style="list-style-type: none"> • учётно - отчётную документацию и требования к её ведению

	спорта	<ul style="list-style-type: none">• вести учебную, плановую документацию, документацию учебного помещения (при наличии) на бумажных и электронных носителях	
--	--------	---	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	72
в т.ч. в форме практической подготовки	72
в т. ч.:	
теоретическое обучение	16
практические занятия	44
курсовая работа (проект)	-
<i>Самостоятельная работа</i>	6
Промежуточная аттестация (экзамен)	6

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности «Раздел 2. Легкая атлетика».

Наименование разделов и тем	№ учебного занятия	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад.часов	В форме практ.подготовки	В т.ч. в форме практических занятий и лаб.работ	В т.ч. в форме сам.работы	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
		Раздел 2. Легкая атлетика	72	72	44	6	
		Содержание					
Тема 2.1. Легкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности	1-2	Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов	2	2			ОК 01; ОК 02; ОК 08; ПК 1.5; ПК 2.1.
	3-4	Техника безопасности и профилактика травматизма. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий легкой атлетикой Требования к местам занятий, к организации и проведению занятий. Требования к занимающимся. Частные меры безопасности.	2	2			ОК 01; ОК 08; ПК 1.5; ПК 2.1.
Тема 2.2. Основы техники и методики обучения	Содержание						
	5-6	Техника спортивной ходьбы: положение туловища и головы, движения рук, таза, ног, цикл двойного шага, дыхание при ходьбе	2	2			ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.

спортивной ходьбе	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	7-8	Практическое занятие 1 – 2. Методика обучения спортивной ходьбе	2	2	2		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	9-10	Практическое занятие 3 – 4. Освоение методики обучения спортивной ходьбе	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	11-12	Практическое занятие 5 – 6. Составление план-конспекта на тему «обучение технике спортивной ходьбы»	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	13-14	Самостоятельная работа 1-2. Составление план-конспекта на тему «совершенствование спортивной ходьбы»	2	2		2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 2.3. Основы техники и методики обучения бегу	Содержание						
	15-16	Методика обучения бегу на короткие, средние и длинные дистанции (эстафетный бег)	2	2			ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	17-18	Практическое занятие 7 - 8. Освоение техники старта и стартового разгона в беге на короткие и средние дистанции	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	19-20	Практическое занятие 9 - 10. Освоение методики обучения бегу на короткие и средние дистанции	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	21-22	Практическое занятие 11 – 12. Составление план-конспекта на тему «обучение низкому старту с колодок»	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.

	23-24	Практическое занятие 13 – 14. <i>Составление план-конспекта на тему «обучение передачи эстафетной палочки»</i>	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	25-26	Практическое занятие 15 - 16. Освоение методики обучения бегу на короткие дистанции (100,200,400 м), (4x100)	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	27-28	Самостоятельная работа 3-4. <i>Составление план-конспекта на тему «совершенствование низкого старта с колодок»</i>	2	2		2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 2.4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам	Содержание						
	29-30	Основы техники легкоатлетических прыжков. Прыжок как естественный способ преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжка. Факторы, влияющие на высоту и дальность полета. Траектория общего центра тяжести тела прыгунов в полете. Характеристика различных способов прыжков в высоту и длину.	2	2		ОК 01; ОК 02; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.	
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	31-32	Практическое занятие 17 - 18. Освоение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и «фосбери-флоп»	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.

	33-34	<i>Практическое занятие 19 - 20. Освоение техники прыжка в длину с разбега способами «согнув ноги»</i>	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	35-36	<i>Практическое занятие 21 - 22. Составление план-конспекта на тему «обучение прыжку в высоту способом «перешагивания»</i>	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	37-38	<i>Практическое занятие 23 - 24. Составление план-конспекта на тему «обучение прыжку в длину способом «согнув ноги»</i>	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	39-40	<i>Самостоятельная работа 5-6. Составление план-конспекта на тему «обучение тройному прыжку»</i>	2	2		2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 2.5. Методика развития физических качеств посредством легкой атлетики в ИВС		Содержание					
	41-42	<i>Двигательные способности, определяющие эффективность выполнения легкоатлетических упражнений</i>	2	2			ОК 01; ОК 02; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	43-44	<i>Практическое занятие 25 - 26. Освоение методики развития двигательных способностей посредством легкой атлетики</i>	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	45-46	<i>Практическое занятие 27 - 28. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств средствами</i>	2	2	2		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.

		лёгкой атлетики: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости.					
	47-48	Практическое занятие 29 - 30. Проведение комплексов упражнений для развития физических качеств средствами лёгкой атлетики: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости.	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 2.6. Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики	Содержание						
	49-50	Структура урока (занятия) легкой атлетики. Задачи и содержание частей урока (занятия). Методика проведения занятий с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности. Дозирование нагрузки. Плотность урока. Анализ урока легкой атлетики. Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение урока (занятий) по легкой атлетике.	2	2			ОК 01; ОК 02; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	51-52	Практическое занятие 31 - 32. Освоение методики проведения занятий по легкой атлетике	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1; ВД 3(3); ПК 3.1.- ПК 3.4.
	53-54	Практическое занятие 33 - 34. Просмотр и педагогический анализ урока (занятия) по легкой атлетике: подготовительной, основной и заключительной.	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.

	55-56	Практическое занятие 35 - 36. Практическая работа: Составление конспекта урока (занятия) по лёгкой атлетике по заданию преподавателя.	2	2	2		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	57-58	Практическое занятие 37 - 38. Проведение и педагогический анализ частей урока по лёгкой атлетике: подготовительной, основной и заключительной.	2	2	2		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 2.7. Основы судейства по лёгкой атлетике	Содержание						
	59-60	Особенности организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике. Основы судейства разных видов лёгкой атлетики	2	2			ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	61-62	Практическое занятие 39 - 40. Применение правил судейства в разных видах легкой атлетике	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	63-64	Практическое занятие 41 - 42. Составление положения на соревнования по легкой атлетике (беговые виды)	2	2	2		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	65-66	Практическое занятие 43 - 44. Составление положения на соревнования по легкой атлетике (прыжки)	2	2	2		ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	67-72	Экзамен по разделу «Легкая атлетика»	6	6			ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.4.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть

предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности», оснащен в соответствии п. 6.1.2.1 образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура;

(универсальный) спортивный зал, оснащен в соответствии с п.6.1.1 образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

1. Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 300 с.

2. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки: учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутын [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва: КноРус, 2021. — 339 с.

3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / - 12-е изд. – М.: Академия, 2014. – (Сер. Бакалавриат).

3.2.2 Дополнительные источники

1. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 317 с.

2. Грецов Г.В., Войнова С.Е., Германова А.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/; под ред. Г.В. Грецова, А.Б. Янковского. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288с.

3. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный

4. Легкая атлетика с методикой тренировки: учебно-методическое пособие для СПО / составители С. Г. Ермакова, О. Н. Початкова. — Саратов: Профобразование, 2019. — 80 с. — ISBN 978-5-4488-0316-1. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/86139>

5. Семенов, Л. А. Базовые и инновационные подходы в физическом воспитании: коррекционное развитие кондиционных физических качеств у детей дошкольного возраста / Л. А. Семенов. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 116 с. — ISBN 978-5-507- 45383-2. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/302582> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. 6- изд., стер. – М.: Академия, 2009.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> - терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями; - описание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - перечисление требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. 	оценка результатов выполнения практических заданий; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
выполнять профессионально	- выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-	оценка результатов

значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	<p>спортивной деятельности с учетом требований к технике;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия; - применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; - соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; -соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; 	выполнения практических заданий; тестирование; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации
--	--	--

	<p>- выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.</p>	
использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности		
применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений		
использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации		
проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности		

Настоящая рабочая программа учебной дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» (Раздел.2 Легкая атлетика) разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968.

Рабочая программа является приложением к образовательной программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Программа содержит общую характеристику учебной дисциплины, определяет структуру, содержание, условия реализации учебной дисциплины, контроль и оценку результатов освоения учебной дисциплины.

Разработчик(и) рабочей программы:

Бочкарев М.Н. - преподаватель общепрофессионального цикла, высшая квалификационная категория