

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

По дисциплине Б1.В.ОД.11. Спортивно-педагогическое совершенствование для студентов 3 курса очной формы обучения, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль спортивная подготовка на 2020 -2021 учебный год.

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра общепрофессиональных и специальных дисциплин

Ведущий преподаватель: Шохирев В.В.

e-mail vadim_shohirev@mail.ru

Сроки изучения дисциплины 3 курс

Трудоемкость дисциплины: 108ч.

Количество лекционных занятий:

Количество практических занятий: 48 ч.

Объем самостоятельной работы студентов: 60 ч.

Форма промежуточного контроля: зачет

2. ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

2.1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

	Наименование разделов и тем	Кол-во часов				Кол-во баллов по каждому виду контроля				
		Лекц.	Сем.	Практ.	Самост. работа	Посещ. лекций	Посещ. практ. занятий	Выпол-е техники	Учебная практика	Самост. работа
1	Совершенствование физических качеств средствами упражнений легкоатлетических видов		20		30		5	20		5
2	Совершенствование технических и тактических навыков		20		10		5	20		5

3	Учет возрастных особенностей при занятиях легкой атлетикой		10		10		5			5
4	Особенности занятий легкой атлетикой в различных возрастных группах		8		10		5			5
	Итого		48		60		20	40		20
	Всего	108 часов				80 баллов 20 баллов зачет				

2.2. ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

№	Наименование темы, раздела	Вид СРС	Бюджет времени (час.)	Мак. кол-во баллов	Срок выполн.
1	Совершенствование физических качеств средствами упражнений легкоатлетических видов	Составить комплекс упражнений для развития физических качеств для разных видов легкой атлетики	30	5	ДЕКАБРЬ
2	Совершенствование технических и тактических навыков	Выполнение легкоатлетических упражнений с анализом ошибок	20	5	ДЕКАБРЬ
3	Учет возрастных особенностей при занятиях легкой атлетикой	Учет сенситивного периода развития физических качеств при занятиях легкой атлетикой	5	5	ДЕКАБРЬ
4	Особенности занятий легкой атлетикой в различных возрастных группах	Составить таблицу возрастных групп для занятий по видам легкой атлетики	5	5	ДЕКАБРЬ
Итого			60	20	

2.3. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

2.4. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БАЛЛОВ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ

Текущая и итоговая аттестация знаний студентов по дисциплине осуществляется на основе балльной системы контроля качества знаний. Максимальное количество баллов по дисциплине – 100.

<i>Виды (формы) контроля</i>	<i>Распределение баллов</i>		
	Кол-во	Количество баллов за один вид контроля	Общее кол-во баллов
Посещение аудиторных занятий (лекции, практические занятия)	4	2-4	8-10
Написание самостоятельной работы	4	5	20
Выступление по теме самостоятельной работы	1	30	20
Зачет		20	20
Всего:			70

2.5. АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ВИДЫ КОНТРОЛЯ

В случае пропуска аудиторных занятий по уважительной причине (болезнь, УТС и т.п.),.....

В случае невыполнения или выполнения заданий в недостаточном для положительной оценки объеме, студент сдает экзамен (зачет) по билетам.

1. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. *Чесноков Н.Н., В.Г. Никитушкин* Легкая атлетика: учеб./под общ. ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. – М.: Физическая культура, 2010. – 448 с.

Дополнительная литература

1. *Буханцев К.И.* Метание диска / К.И. Буханцев – Олимпия, 2008. – 104 с. (Библиотека легкоатлета)

2. *Жилкин А.И.* Легкая атлетика учеб. пособие для студ. высш.учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 464 с.
3. *Зацюрский В.М.* Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания [Текст] / В.М. Зацюрский. 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2009 – 200 с.: ил. (Серия «Спорт без границ»).
4. *Лазарев И.В. и др.* Практикум по легкой атлетике: Учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И.В. Лазарев, В.С. Кузнецов, Г.А. Орлов. – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 160 с.: ил.
5. *Лахов. В.И. и др.* Организация и судейство соревнований по легкой атлетике: Учебно-методическое пособие / под ред. В.И. Лахова. – М.: Советский спорт, 2004. – 152 с.
6. *Легкая атлетика (Барьерный бег):* Примерная программа спортивной подготовки для детско- юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст]. – М.: Советский спорт, 2004. – 152 с.: ил.
7. *Легкая атлетика (Метания):* Примерная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ, специализированных детско – юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства [Текст]. – М.: Советский спорт, 2005. – 104 с.: ил.
8. *Легкая атлетика (Многоборье):* Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст]. – М.: Советский спорт, 2005. – 112 с.: ил.
9. *Легкая атлетика: Бег на короткие дистанции:* Примерная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ, специализированных детско – юношеских школ олимпийского резерва [Текст]. – М.: Советский спорт, 2005. – 116 с.: ил.
10. *Легкая атлетика: бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба:* Примерная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ, специализированных детско – юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2007. – 108 с.
11. *Легкая атлетика: Учеб.для ин-тов физ. культ./* Под ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – Изд. 4-е, доп., переаб. М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671 с., ил.

12. *Локтев С.А.* Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте: Практическое руководство для тренера. [Текст] / С.А. Локтев. – М.: Советский спорт, 2007. – 404 с.: ил.
13. *Лутковский Е.М. и др.* Легкая атлетика. Учеб. для техн-ов физ. культ./ Под ред. Е.М. Лутковского, А.А. Филиппова – 2-е изд. перераб. и доп. М.: «Физкультура и спорт», 1977. – с. 344. ил.
14. *Маслаков В.М. и др.* Эстафетный бег: история, техника, обучение, тренировка / под ред. В.М. Маслакова, Е.П. Врублевского, О.М. Мирзоева – М.: Олимпия, 2009. – 144 с.
15. *Никитушкин В.Г. и др.* Легкая атлетика: учебно-методическое пособие для общеобразовательных школ. – М., 2005. – 224 с.
16. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: Монография / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 240 с.
17. *Никитушкин В.Г., Германов Г.Н.* Легкая атлетика в школе: Учеб. пособие. – Воронеж: Изд. «Истоки», 2007. – 603 с.
18. *Озолин Н.Г. и др.* Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./под ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671 с., ил.
19. *Озолин Э.С.* Спринтерский бег. – М.: Человек, 2010. – 176 с. + 8 с. вкл., ил. (Библиотека легкоатлета)
20. *Питание легкоатлета.* – М.: Человек, 2012. – 64 с., ил. (Библиотека легкоатлета)
21. *Попов В.Б.* 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. – Издание 2-е, стереотипное. - М.: Человек, 2011. – 224 с., ил. (Библиотека легкоатлета).
22. *Попов В.Б.* Прыжок в длину: многолетняя подготовка / В.Б. Попов – М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2001. – 160 с., ил.

Другие источники

1. Легкая атлетика: журн. ВФЛА. – М: ООО «Лига-принт», 2000-2012 г.г.
2. Спорт в школе: газ. изд. дома «Первое сентября», М: - 2000-2012 г.г
3. Теория и практика физической культуры: научн. теор. журн.-М: ТиПФКиС, 2000-2012 г.г.
4. Физическая культура в школе: журн. – М: ООО «Школьная пресса», 2000-2012 г.г.

2. ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине

Набранные баллы	<51	51-60	61-75	76-91	92-96	97-100
Зачет/незачет	Не зачёт		Зачёт			
Оценка по шкале ECTS	F Неудовл.	E Посредств.	D Удовлетвор.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

И.о. зав. кафедрой ОПиСД, к.ф.н. Карпова Ю.В.

Ведущий преподаватель к.п.н., доцент, Шохирев В.В.