

**Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Московская академия профессиональных компетенций»**

**Рабочая программа учебной дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика»**

Дополнительная профессиональная программа  
(профессиональная переподготовка)  
«Педагогическое образование: Теория и методика преподавания физической  
культуры в образовательных организациях»

Форма обучения

Заочная

(с применением электронного обучения  
и дистанционных образовательных технологий)

Москва 2021

## **1. Цель освоения учебной дисциплины**

Цель освоения дисциплины - формирование новых компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретения новой квалификации.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

### **знать**

- роль и значение легкой атлетики в физической культуре школьников;
- классификацию видов легкой атлетики и их представительство в школьной программе физического воспитания;
- содержание легкоатлетического материала, рекомендуемого к изучению в школе;
- основы техники легкоатлетических упражнений - ходьбы, бега, прыжков, метаний;
- нормы и требования ЕВСК к выполнению массовых спортивных разрядов;
- требования к состязательной активности в легкой атлетике

### **уметь**

- использовать полученные знания при проведении практических занятий по легкой атлетике в системе уроков физической культуры;
- планировать педагогический процесс в годичном, четвертном и других цикловых периодах подготовки, грамотно написать план-конспект проведения школьного урока по легкой атлетике с опорой на методику игрового метода;
- организовывать работу в режиме учебного дня с учащимися младшего школьного возраста, широко используя легкоатлетический материал бега, прыжков и метаний в динамических подвижных переменах

### **владеть**

- легкоатлетической терминологией;

- основами техники ходьбы и бега;
- основами техники легкоатлетических прыжков;
- основами техники легкоатлетических метаний;
- умениями и навыками организации состязаний по легкой атлетике;
- умениями и навыками организации самостоятельной физкультурно-спортивной активности в оздоровительном беге, прыжках и метаниях.

## **2. Трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет:

- для трудоемкости 408 ак.ч. ДПП - 24 ак.ч.;
- для трудоемкости 650 ак.ч. ДПП - 40 ак.ч.;
- для трудоемкости 680 ак.ч. ДПП - 30 ак.ч.;
- для трудоемкости 710 ак.ч. ДПП - 40 ак.ч.;
- для трудоемкости 860 ак.ч. ДПП - 40 ак.ч.;
- для трудоемкости 910 ак.ч. ДПП - 40 ак.ч.;

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине предусмотрена в следующей форме: зачет (с помощью тестирования).

## **3. Язык образования (язык обучения)**

Язык образования (язык обучения): русский язык.

## **4. Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины**

а) основная литература:

Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика: курс лекций / коллектив авторов. - Москва : Изд. центр АНО ДПО «Московская академия профессиональных компетенций», 2021. - (2021). - Текст : электронный

б) дополнительная литература:

в качестве дополнительной литературы рекомендуется использовать литературу, перечень которой содержится в настоящей ОП ДПП в списке дополнительной литературы (при наличии).