

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС

Кафедра физического воспитания и спорта

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

### **ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА**

**Б1.В.13 ЛА**

по направлению подготовки: 37.03.01 Психология

направленность (профиль): «Психологическое консультирование и коучинг»

квалификация выпускника: Бакалавр

формы обучения: очная

Год набора - 2022

**Авторы – составители:**

Заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Д.С. Юдин

Старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Н.Ю. Федорова

Новосибирск, 2021 г.

## **1. Цель освоения дисциплины:**

Сформировать компетенцию УК ОС – 7 «Способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»

## **2. План курса:**

### **Легкая атлетика**

#### **1. Практический раздел**

(практические занятия); Учебный материал раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение личного опыта направленного использования средств физической культуры.

*Реализуется аудиторно.*

2. Теоретический раздел (лекции) ; Материал раздела предусматривает овладение обучающимися системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового стиля жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности.

*Реализуется с применением ДОТ.*

#### **3. Контрольный раздел**

Контрольный раздел осуществляет дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности обучающихся. Итоговая аттестация (зачет) проводится в форме выполнения обучающимся практического раздела программы, также учитывается опрос по теоретическому разделу программы.

*Частично реализуется с применением ДОТ.*

## **3. Формы текущего контроля и промежуточной аттестации**

**В ходе реализации дисциплины «Элективный модуль: легкая атлетика» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся при очной форме обучения и СДО:**

- при проведении занятий практического типа в форме учебно-тренировочных занятий: тестируются нормативы текущего контроля успеваемости;

- при занятиях самостоятельной работой: самостоятельная работа обучающихся является одной из форм самообразования, роль преподавателя при этом заключается в оказании консультативной и направляющей помощи обучающемуся, в т.ч. тестирование теоретической подготовленности (с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) в системе дистанционного обучения (СДО)) - <https://lms.ranepa.ru>.

**Промежуточная аттестация** (зачет) проводится в форме контрольного тестирования физической подготовленности.

*Форма промежуточной аттестации – зачет*

#### **4. Основная литература**

1. Сидорова, Е. Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики: Учебное пособие / Сидорова Е.Н., Николаева О.О. - Красноярск.: СФУ, 2016. - 148 с.: ISBN 978-5-7638-3400-0. - <https://znanium.com/catalog/product/967799>
2. Гришина, Ю. И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: Учебное пособие / Гришина Ю.И. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 249 с. ISBN 978-5-222-16306-1. <https://znanium.com/catalog/product/908430>
3. Евсеев, Ю. И. Физическая культура: Учебное пособие / Евсеев Ю.И., - 9-е изд., стер. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. - 444 с. ISBN 978-5-222-21762-7. <https://znanium.com/catalog/product/908476>
4. Татарова, С.Ю. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов / С.Ю. Татарова, В.Б. Татаров. - Москва: Научный консультант, 2017. - ISBN 978-5-9909615-6-2. <https://znanium.com/catalog/product/1023871>
5. Психология физической культуры: Учебник / Под ред. Яковлев Б.П. – Москва: Спорт, 2016. - 624 с. ISBN 978-5-906839-11-4. <https://znanium.com/catalog/product/914634>