Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Тюлегенова Раиса Амиржановна
Должность: Директор
Дата подписания: 19.06.2023 14:28:30
Уникальный программный ключ:
125b8acc44c5368c45bd8abf3dc3ced4a4eed767e8486e18dc8ae8b889439a47

УТВЕРЖДАЮ
Директор Костанайского филиала
ФГБОУ ВО "ЧелГУ"
_____/ Тюлегенова Р.А.
«26» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика

Направление подготовки (специальность)

38.03.01 ЭКОНОМИКА

Направленность (профиль)

Бухгалтерский учёт и аудит

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

заочная

Год набора

2019, 2020

Костанай 2021 г.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Рабочая программа дисциплины (модуля) одобрена и рекомендована кафедрой

Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

Протокол заседания № 12, от «29» июня 2021г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) одобрена и рекомендована учебно-методическим советом Костанайского филиала ФГБОУ ВО "ЧелГУ"

Протокол заседания № 10, от «25» августа 2021г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) одобрена и рекомендована ученым советом Костанайского филиала ФГБОУ ВО "ЧелГУ"

Протокол заседания № 11, от «26» августа 2021г.

Заведующий кафедрой _____ Нуртазенов Тюлюбай Калиевич, кандидат исторических наук, доцент

Авторы (составители) _____ доцент кафедры социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, Калашников Александр Петрович;
_____старший преподаватель кафедры социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, Павлина Иван Петрович

Рецензент _____ кандидат педагогических наук, и.о. заведующего кафедрой теории и практики физической культуры и спорта Костанайского регионального университета им. А.Байтурсынова, Огиенко Надежда Анатольевна

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цели

Целью освоения дисциплины является формирование компетенций по "Элективным дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту. Легкая атлетика", формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств легкой атлетики, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

1.2 Задачи

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- формирование навыков использования различных методик и техник легкой атлетике для укрепления своего здоровья;
- формирование у студентов практических умений и навыков выполнения основных физических упражнений легкой атлетике;
- формирование личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к легкой атлетике, установки на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОПОП

Блок (раздел) ОПОП:	Б1.ФКиС.ДВ.01.03

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Для освоения дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Легкая атлетика" студенты могут использовать знания и умения, полученные по школьной программе по ранее изученным предметам: «Физическая культура».

Безопасность жизнедеятельности

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

"Элективная дисциплина (модуль) по физической культуре и спорту. Легкая атлетика" закладывает основы для дальнейшего изучения таких дисциплин (модулей) как:

Силовая гимнастика

Физическая культура и спорт

Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы

Производственная практика. Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Производственная практика. Преддипломная практика

Учебная практика. Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности

3 КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОК-9: способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

Знать:	
пороговый	Основные опасности, их свойства и характеристики.
продвинутый	Характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду.
высокий	Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.
Уметь:	
пороговый	Использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.
продвинутый	Анализировать свою деятельность и применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции.
высокий	Эффективно и адекватно применять меры доврачебной помощи в конкретных ситуациях.
Владеть:	
пороговый	Приемами первой помощи, методами защиты в условиях чрезвычайных ситуаций а так же навыками рефлексии и саморегуляции.
продвинутый	Навыками рефлексии и саморегуляции.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

высокий	Основными методами защиты при чрезвычайных ситуациях.
ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Знать:	
пороговый	Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
продвинутый	Роль физической культуры и спорта в развитии личности.
высокий	Основные направления в сфере физической культуры.
Уметь:	
пороговый	Характеризовать задачи и функции физической культуры.
продвинутый	Анализировать основные средства и методы физической культуры.
высокий	Систематизировать средства и методы физической культуры в зависимости от поставленных задач.
Владеть:	
пороговый	Методами техники безопасности при занятиях физической культурой.
продвинутый	Средствами и методами физической культуры необходимыми для обеспечения полноценной жизнедеятельности.
высокий	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
ОК-7: способностью к самоорганизации и самообразованию	
Знать:	
пороговый	Основные принципы самоорганизации и самообразования.
продвинутый	Основные принципы самоорганизации и самообразования, методы и способы получения информации, необходимой для самообразования.
высокий	Основные принципы самоорганизации и самообразования, методы, способы и средства получения, хранения и переработки информации, необходимой для самообразования.
Уметь:	
пороговый	Организовать свое время, самостоятельно критически мыслить, формулировать свою точку зрения. Характеризовать задачи и функции физической культуры.
продвинутый	Организовать свое время, необходимое для учебы и самообразования, самостоятельно критически мыслить, формулировать и отстаивать свою точку зрения.
высокий	Организовать свое время, необходимое для учебы и самообразования, самостоятельно критически мыслить, формулировать и отстаивать свою точку зрения, применять методы и средства познания для решения задач профессионального характера.
Владеть:	
пороговый	Методами повышения квалификации.
продвинутый	Методами повышения квалификации, навыками накопления, обработки и использования информации.
высокий	Методами повышения квалификации. Методами техники безопасности при занятиях физической культурой.

4 ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	**0 ЗЕТ**
Часов по учебному плану : 328 в том числе : аудиторные занятия : 20 самостоятельная работа : 288 часов на контроль : 20	Виды контроля на курсах: зачеты 2, 3, 4

5 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Компетенции	Литература	Методы проведения занятий, оценочные средства
	Раздел 1. Бег на длинные дистанции					

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

1.1	Общие правила поведения и техника безопасности на занятиях в спортивном зале, на улице. Основные положения обучения по дисциплине. Разминка, общеразвивающие и специальные упражнения как главная составляющая в легкой атлетике. /Пр/	2	2	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
1.2	Техника бега и развитие общей выносливости. /Пр/	2	2	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э4	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
1.3	Развитие специальной выносливости. /Пр/	2	2	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
1.4	Развитие физических качеств в беге на длинные дистанции. /Пр/	2	2	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э4	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

1.5	Методы развития физических качеств в беговых видах легкой атлетики. /Ср/	2	128	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э3	Методы: исследовательский метод Форма контроля: краткий конспект (проверка выполненных индивидуальных заданий).
	Раздел 2. Бег на средние дистанции					
2.1	Методика обучения бега на средние дистанции. /Пр/	3	2	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
2.2	Основы техники бега на средние дистанции. /Пр/	3	2	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
2.3	Развитие и выработка специальной техники бега на средние дистанции. /Пр/	3	2	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

2.4	Развитие специальных физических качеств для бега на средние дистанции. /Пр/	3	2	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
2.5	Субъективные и объективные показатели самоконтроля. Методы определения уровня функционального состояния организма человека. /Ср/	3	114	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: исследовательский метод Форма контроля: краткий конспект (проверка выполненных индивидуальных заданий).
	Раздел 3. Бег на короткие дистанции					
3.1	Развитие специальных физических качеств в беге на короткие дистанции. /Пр/	4	1	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
3.2	Беговые упражнения для овладения техникой бега на короткие дистанции. /Пр/	4	1	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

3.3	Основы техники бега на короткие дистанции (старт, финиш, бег по дистанции). /Пр/	4	1	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э4	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
3.4	Подводящие упражнения для обучения техники бега на короткие дистанции. /Пр/	4	1	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.
3.5	Средства легкой атлетики, способствующие здоровью и профессиональной деятельности человека. /Ср/	4	46	ОК-7 ОК -8 ОК-9	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Э3 Э4	Методы: исследовательский метод Форма контроля: краткий конспект (проверка выполненных индивидуальных заданий).

6 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1 Перечень видов оценочных средств

Текущий контроль успеваемости по дисциплине регулярно осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, выполнения самостоятельной работы студента, с помощью следующих оценочных средств: выполнение контрольных упражнений по темам практического занятия, краткого конспекта в самостоятельной работе студента.

Промежуточная аттестация проводится по завершению периода обучения семестра с целью определения степени достижения запланированных результатов обучения по дисциплине (модулю) за определенный период обучения (семестр) и проводится в форме зачетов, подведения итогов балльно-рейтинговой системы оценивания: используемые оценочные средства выполнение контрольных нормативов.

6.2 Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей и рубежной аттестации

Практические задания по темам дисциплины (модуля) для текущей аттестации в целом:
Текущий контроль проводится в форме выполнения контрольных упражнений.
-бег на дистанцию 3000 метров, на время.
-бег на дистанцию 2000 метров, на время.
-бег на дистанцию 2400 метров, на время.
- прыжок в длину с места на расстояние.
- бег на 30 метров, на время.
- прыжок в длину с разбега, на расстояние.
-бег на дистанцию 800 метров, на время.
-бег на дистанцию 1000 метров, на время.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

-бег на дистанцию 1500 метров, на время.
- метание мяча, в цель.
- метание гранаты,на расстояние.
-бег на дистанцию 60 метров, на время.
-бег на дистанцию 100 метров, на время.
-бег на дистанцию 400 метров, на время.

6.3 Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.
Используемые оценочные средства нормативы физической подготовленности.
Примеры типовых заданий для проведения промежуточной аттестации обучающихся:
Бег на дистанцию 3000м.
Бег на дистанцию 2000м.
Президентская миля 2400 м.
Прыжок с места в длину
Бег на дистанцию 30м.
Прыжок с разбега в длину
Бег на дистанцию 800м.
Бег на дистанцию 1000м.
Бег на дистанцию 1500м.
Метание мяча в цель.
Метание гранаты на дальность.
Бег на дистанцию 60м.
Бег на дистанцию 100м.
Бег на дистанцию 400м.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся представлены в ФОС по промежуточной аттестации дисциплины.

6.4 Критерии оценивания

Критерии оценивания контрольных нормативов:
При подведении итогов изучения дисциплины учитываются результаты текущего контроля. Полученные за текущий контроль баллы суммируются с баллами, полученными при прохождении промежуточной аттестации:
1. 0-49 баллов – неудовлетворительно
2. 50-74 баллов – удовлетворительно
3. 75-89 баллов – хорошо
4. 90-100 баллов – отлично
Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:
1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке «отлично» («А», «А-», 90-100%), предполагает сформированность компетенций на высоком уровне: студент не пропустил ни одного занятия, сдал все контрольные нормативы на 8-10 баллов, показал знания и умения основных понятий предмета по темам входящим в учебный график курса, умеет использовать и применять полученные знания на практике, работал на всех практических занятиях, выполнял все задания рабочей программы.
2. Продвинутый уровень соответствует оценке «хорошо» («В+», «В», «В-», 75-89%), предполагает сформированность компетенций на продвинутом уровне: студент пропустил несколько занятий по уважительной причине, сдал все контрольные нормативы на 5-7 баллов, показал знания и умения основных понятий предмета по темам входящим в учебный график курса, может правильно применить полученные знания на практике, работал на практических занятиях, частично выполнял задания рабочей программы дисциплины.
3. Пороговый уровень соответствует оценке «удовлетворительно» («С+», «С», «С-», «D+», «D», 74-50%) предполагает сформированность компетенций на пороговом уровне: студент пропустил несколько занятий, сдал все контрольные нормативы от 1 до 4 баллов, усвоил основной материал, но допускает неточности и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.
4. Недостаточный уровень соответствует оценке «неудовлетворительно» («F», 49-0%) предполагает сформированность компетенций на недостаточном уровне: студент, пропустил более 50% практических занятий, не справился с контрольными нормативами, не умеет использовать и применять полученные знания на практике.

Критерии оценивания самостоятельных работ
«отлично» выставляется, если студент выполнил работу без ошибок и недочётов, допустил не более одного недочёта.
«хорошо», если студент выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочёта, или не более двух недочётов.
«удовлетворительно», если студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух-трех негрубых ошибок, или одной негрубой ошибки и трех недочётов, или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочётов, допускает искажение фактов.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

«неудовлетворительно», если студент допустил число ошибок и недочётов превосходящее норму, при которой может быть выставлено «удовлетворительно», или если правильно выполнил менее половины работы.

Более подробно о бально-рейтинговой системе оценки результатов обучения студентов можно ознакомиться в документе «Положение о бально-рейтинговой системе оценки результатов обучения студентов» находящемся на сайте http://csu.kz/sveden/files/Formi_sroki_kontrolya_31.08.2017.pdf

7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1 Рекомендуемая литература

7.1.1 Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л1.1	Забелина Л. Г., Нечунаева Е. Е.	Легкая атлетика: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993)	Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2022	ЭБС
Л1.2	Врублевский Е. П.	Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах): учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995)	Москва: Спорт, 2016	ЭБС

7.1.2 Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.1		Легкая атлетика: энциклопедия (http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461472)	Москва: Человек, 2013	ЭБС
Л2.2	Кравчук В. И.	Легкая атлетика: учебно-методический комплекс (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492140)	Челябинск: ЧГАКИ, 2004	ЭБС

7.2 Перечень информационных технологий

7.2.1 Лицензионное программное обеспечение

1. Операционная система Microsoft Windows XP Professional OEM Software (Сертификат подлинности (COA) наклеен на корпус ПК), Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN License (Лицензия № 42627774 от 24.08.2007 бессрочно), операционная система Microsoft Windows 7 PRO CIS and GE OEM Software (Сертификат подлинности (COA) наклеен на корпус ПК), операционная система Microsoft Windows 7 PRO CIS and GE OEM Software (Сертификат подлинности (COA) наклеен на корпус ПК).
2. Пакет прикладных программ «Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian Academic OLP License» (Лицензия № 64075202 от 12.09.2014 бессрочно), пакет прикладных программ «Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian Academic OLP License» (Лицензия № 62650104 от 08.11.2013. бессрочно).
3. Программное обеспечение «Визуальная студия тестирования» (Договор №4270 от 01.07.2017. бессрочно).
4. Программное обеспечение «1С: Предприятие 8. Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях». (Электронная лицензия. Регистрационный номер: 802214523 срок действия - бессрочно).
5. Антивирусное ПО «Kaspersky Endpoint Security for Educational Renewal Licens» (Лицензия № 2FA8-211103-050939-320-2280 до 19.11.2022).
6. Программа ЭВМ «Среда электронного обучения 3KL «Русский Moodle»» для организации дистанционного обучения (Неисключительное право на использование ПО, Договор №1166.6 от 27.01.2022 до 07.02.2023.)
7. Kaspersky Endpoint Security Educational License (Лицензия №2FA8-221114-061421-236-1377 с 18.11.2022 до 20.11.2023)
8. Пакет прикладных программ Microsoft Office. Microsoft® Office Standard Single Language License & Software Assurance Open Value No Level 3 Years Acquired Year 1 Academic AP (Лицензионное соглашение V7664610 от 14.11.2022 до 30.11.2025) - в аудиториях, где установленный стационарный ноутбук - №№109, 110, 209, 408, 416, 509, 515, 516
9. Программа ЭВМ «Среда электронного обучения 3KL» (Договор № 1166.7 от 01.02.2023 до 08.02.2024 г.)

7.2.2 Современные профессиональные базы данных, информационно-справочные системы и электронные библиотечные системы

1 Научно-электронная библиотека elibrary [Электронный ресурс]. – URL: http://elibrary.ru/defaultx.asp
2 Республиканская межвузовская электронная библиотека [Электронный ресурс]. – URL:http:/http://rmebrk.kz/
3 Электронно-библиотечная система «ЛАНЬ» [Электронный ресурс]. – URL: http://e.lanbook.com/
4 Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» [Электронный ресурс]. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red
5 Электронно-библиотечная система «Юрайт» [Электронный ресурс]. – URL: https://urait.ru/
6 Справочно-правовая система "Гарант" [Электронный ресурс]. – https://internet.garant.ru/

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

8 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Помещения для проведения практических, семинарских занятий, текущего контроля:
Спортивный комплекс. Спортивный зал.
Количество посадочных мест – 38.
Учебное оборудование: гигрометр – 1, гимнастические скамьи – 12, планки для прыжков в высоту – 2, брус устанавливаемый для отталкивания – 2, мячи для метания в цель – 6, канат для перетягивания, секундомеры, свистки судейские, судейский стул, баскетбольный щит, кольцо баскетбольное, мяч баскетбольный – 11, волейбольная установка, мяч волейбольный – 14, мяч футзальный соревновательный – 3, мяч футзальный тренировочный – 6, корзина для мячей, ворота футбольные.
Технические средства обучения: громкоговоритель – 4, усилитель, электронное табло, секундное табло, музыкальный центр, усилитель.
Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: тематические стенды – 3, флаги – 2, баннеры – 2.
Раздевалки и душевая: вешалка-лавка – 12, лавка – 6, коврик резиновый (душ) – 2, сушка для рук – 2
Помещения для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля:
Спортивный комплекс. Спортивный зал.
Количество посадочных мест – 38.
Учебное оборудование: гигрометр – 1, гимнастические скамьи – 12, планки для прыжков в высоту – 2, брус устанавливаемый для отталкивания – 2, мячи для метания в цель – 6, канат для перетягивания, секундомеры, свистки судейские, судейский стул, баскетбольный щит, кольцо баскетбольное, мяч баскетбольный – 11, волейбольная установка, мяч волейбольный – 14, мяч футзальный соревновательный – 3, мяч футзальный тренировочный – 6, корзина для мячей, ворота футбольные.
Технические средства обучения: громкоговоритель – 4, усилитель, электронное табло, секундное табло, музыкальный центр, усилитель.
Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: тематические стенды – 3, флаги – 2, баннеры – 2.
Раздевалки и душевая: вешалка-лавка – 12, лавка – 6, коврик резиновый (душ) – 2, сушка для рук – 2.
Помещения для проведения промежуточной, рубежной аттестации:
Спортивный комплекс. Спортивный зал.
Количество посадочных мест – 38.
Учебное оборудование: гигрометр – 1, гимнастические скамьи – 12, планки для прыжков в высоту – 2, брус устанавливаемый для отталкивания – 2, мячи для метания в цель – 6, канат для перетягивания, секундомеры, свистки судейские, судейский стул, баскетбольный щит, кольцо баскетбольное, мяч баскетбольный – 11, волейбольная установка, мяч волейбольный – 14, мяч футзальный соревновательный – 3, мяч футзальный тренировочный – 6, корзина для мячей, ворота футбольные.
Технические средства обучения: громкоговоритель – 4, усилитель, электронное табло, секундное табло, музыкальный центр, усилитель.
Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: тематические стенды – 3, флаги – 2, баннеры – 2.
Раздевалки и душевая: вешалка-лавка – 12, лавка – 6, коврик резиновый (душ) – 2, сушка для рук – 2.
Помещение для самостоятельной работы, выполнения курсовых работ:
Учебная аудитория для самостоятельной работы, для выполнения курсовых работ № 404.
Количество посадочных мест – 24, из них 10 посадочных мест оснащены ноутбуками.
Учебное оборудование: рабочее место преподавателя, оборудованное компьютером, доска магнитно-меловая, учебная парта – 12; стулья – 24.
Технические средства обучения: ноутбуки (10). Выход в интернет, в том числе черезwi-fi. Обеспечен доступ к информационным ресурсам в сети «Интернет» и электронной информационной образовательной среде филиала.
Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: тематические стенды – 6.
Учебная аудитория для самостоятельной работы, для выполнения курсовых работ № 410.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Количество посадочных мест – 20, из них 10 посадочных мест оснащены компьютерами.
Учебное оборудование: рабочее место преподавателя, оборудованное компьютером, доска маркерная, учебная парта – 10, стулья – 10.
Технические средства обучения: компьютеры (10) в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП). Выход в интернет, в том числе черезwi-fi. Обеспечен доступ к информационным ресурсам в сети «Интернет» и электронной информационной образовательной среде филиала.
Помещения для выполнения самостоятельной работы
Учебная аудитория (мультимедийный компьютерный кабинет) № 318.
Количество посадочных мест – 25.
Учебное оборудование: рабочее место преподавателя, оборудованное компьютером, доска магнитно-маркерная, учебная мебель, круглый стол.
Технические средства обучения: компьютеры (25) в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП), мультимедийный проектор Epson, экран для проектора (моторизованный), активная акустическая система Microlab, оснащенные доступом к информационным ресурсам в сети «Интернет» и электронной информационной образовательной среде филиала.
Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: тематические стенды – 7.
Лаборатория экономики и управления № 420.
Количество посадочных мест – 20.
Учебное оборудование: рабочее место преподавателя, оборудованное компьютером, учебная мебель.
Технические средства обучения: компьютеры в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП), мультимедийный проектор Epson, документ-камера Epson. Аудитория обеспечена доступом к информационным ресурсам в сети «Интернет» и электронной информационной образовательной среде филиала.
Библиотека (читальный зал)
Количество посадочных мест – 100, из них 10 посадочных мест оснащены компьютерами.
Учебное оборудование: картотека, полки, стеллажи, учебная мебель, круглый стол.
Технические средства обучения – компьютеры (10) в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП), телевизор, мониторы (для круглого стола), книги электроннные PocketBook614, оснащенные доступом к информационным ресурсам в сети «Интернет», электронной информационной образовательной среде филиала.
Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: шкаф-стеллаж – 2, выставка – 2, выставка-витрина – 2, стенд – 2, стеллаж демонстрационный – 1, тематические полки – 6.
Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 309
Оборудование: стол для профилактики учебного оборудования, стул, стеллаж для запасных частей компьютеров и офисной техники, воздушный компрессор, паяльная станция, пылесос, стенд для тестирования компьютерных комплектующих, лампы.
Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования №316
Оборудование: стол для профилактики учебного оборудования, стул, шкаф для хранения учебного оборудования; ассортимент отверток, кисточек, мини-мультиметр, дополнительные USB Flash накопители, сумка для CD/DVD дисков.
Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования №14 в спорткомплексе
Оборудование: стеллаж, шкаф-стеллаж, сейф металлический, винтовки, стрелковый электронный тренажер, ракетки теннисные, корзина для мячей, ковровые дорожки, стол для настольного тенниса, мячи теннисные, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, мячи футзальные соревновательные, мячи футзальные тренировочные.
Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 24
Оборудование: столярный станок, электролобзик, шуруповёрт, электродрель, электрозамеряющие приборы, стол для профилактики учебного оборудования, стул, стеллажи для хранения.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

9 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Студентам необходимо ознакомиться: с содержанием рабочей программы дисциплины по элективным дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту "Легкая атлетика", с целями и за дачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися на официальном сайте филиала, с графиком консультаций преподавателя.

Успешное овладение содержанием дисциплины "Легкая атлетика" предполагает выполнение обучающимися ряда рекомендаций:

- провести анализ литературных источников и законспектировать основные определения и понятия: скоростные качества, быстрота движений, характеристика быстроты, общая и специальная выносливость.
- знать и выполнять основные виды двигательной активности на практических занятиях;
- соблюдать инструкции по технике безопасности для обучающихся при занятиях в спортивном зале и на открытых спортивных площадках.

Самостоятельные занятия комплексной направленности с последовательным решением задач по дисциплине "легкая атлетика" может выглядеть следующим образом:

- разминка (бег,хотьба) - 10 мин;
- развитие скоростных качеств: челночный бег 10 метров (10 повторений) 3 подхода с интервалом отдыха 1 мин;
- развитие силовых качеств: подтягивание на перекладине 6 подходов по 8 повторений;
- отжимания на параллельных брусьях 5-6 подходов по 8 повторений;
- совершенствование техники бега (специально беговые упражнения.

Дисциплина"Легкая атлетика" в соответствии с тематическим планом включает в себя:

- комплекс упражнений, направленный на развитие отдельных групп мышц с использованием ходьбы, бега трусцой;
- комплекс упражнений, направленных на развитие статической выносливости с многократным выполнением динамических упражнений с напряжением мышц (гантельной гимнастики, сгибание и разгибание рук в упоре, работа с эспандером и на тренажерах и др.) и статических силовых упражнений;
- комплекс упражнений, направленных на развитие точности двигательного и зрительного анализаторов (броски мяча на точность попадания и др.);
- комплекс упражнений, направленных на развитие координации двигательных действий кистей и пальцев рук с использованием упражнений для мелкой моторики кистей рук, упражнений с мячами (другими предметами) разного диаметра;
- упражнения на координацию на месте и в движении.

Самостоятельная работа – это планируемая работа обучающихся, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Роль преподавателя при этом заключается в планировании, организации и контроле самостоятельной работы обучающихся.

При выполнении СРС обучающимся необходимо обратить внимание на следующие моменты:

1. Четко уяснить смысл задания, что предполагает хорошее владение материалом по данной теме.
2. Работа должна быть выполнена самостоятельно, т.е. её качество будет зависеть от того, насколько обучающийся владеет материалом и может свободно передать его «своими словами».
3. Своевременная сдача СРС является показателем успешного освоения материала по изучаемому предмету.

Самостоятельная работа включена в учебный план дисциплины и носит рекомендательный характер. Что преследует цель – проведение последующего контроля над формированием двигательного навыка студентов по демонстрации и освоению техники выполнения элементов легкой атлетики.

© Костанайский филиал ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика», разработанную Павлина И.П. старшим преподавателем кафедры социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин Костанайского филиала ФГБОУ ВО «Челябинский государственный университет», реализуемую в соответствии с требованиями ФГОС ВО по основной профессиональной образовательной программе высшего образования «Бухгалтерский учет и аудит» направления подготовки 38.03.01 Экономика

Рабочая программа дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика» предназначена для реализации государственных требований к уровню подготовки бакалавров, установленных Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ, Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Минобрнауки России от 05 апреля 2017 г. №301 и федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, утвержденного приказом Минобрнауки России от 12 ноября 2015 г. N 1327.

Структура рабочей программы дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика», представленной на рецензирование, соответствует требованиям к разработке рабочих программ и содержит следующие элементы: титульный лист, характеристика и назначение дисциплины, место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы, перечень планируемых результатов обучения по дисциплине; объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических часов, выделенных на контактную и самостоятельную работу со студентом; тематический план и содержание дисциплины; перечень основной и дополнительной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», информационных технологий, программных средств, используемых в учебном процессе; фонд оценочных средств; методические указания обучающимся по освоению дисциплины; материально-техническая база, необходимая для осуществления учебных занятий по дисциплине, в том числе набор демонстрационного оборудования и материалов для проведения лекционных и практических занятий. Все рабочие программы дисциплин ориентированы на инклюзивное обучение студентов.

Программа сформирована последовательно, логически верно, что позволяет обеспечить необходимый уровень усвоения общекультурных (общепрофессиональных) и профессиональных компетенций ОК-7, ОК-8, ОК-9. Автором программы указаны различные формы учебной работы (лекции, практические занятия), а также виды самостоятельной работы студентов с расчетом часов и рейтинга по каждому виду учебной деятельности. Помимо традиционных методов проведения занятий, предусмотрено использование активных методов обучения.

Учитывая вышеизложенное, рабочая программа дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика» может быть использована для методического обеспечения учебного процесса в рамках основной профессиональной образовательной программы высшего образования «Бухгалтерский учет и аудит» по направлению подготовки 38.03.01 Экономика.

Рецензент,
кандидат педагогических наук, и.о. заведующего кафедрой теории и практики физической культуры и спорта Костанайского регионального университета им. А. Байтурсынова Огиенко Н.А.

Подпись заверяю.
Глагина О.А.
(подпись)
М.П. гл. специалист отдела кадров
(должность, ФИО)

КАДР БӨЛІМІ
ОТДЕЛ КАДРОВ

Н.А. Огиенко

Лист регистрации дополнений и изменений
в рабочей программе дисциплины (модуля)

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика

по направлению подготовки 38.03.01 Экономика

основной профессиональной образовательной программы высшего образования Бухгалтерский учет и аудит

на 2022 / 2023 учебный год

№ п/п	Номер и название раздела РПД	Краткая характеристика вносимых дополнений / изменений в РПД	Дата и номер протокола заседания кафедры	Дата и номер протокола заседания Учебно-методического совета	Дата и номер протокола заседания учёного совета филиала
1	Раздел 7.1 Рекомендуемая литература	Актуализированы источники основной и дополнительной литературы	11.05.2022 г., протокол № 11	19.05.2022 г., протокол № 9	26.05.2022 г., протокол № 12
2	Раздел 7.2 Перечень информационных технологий	Актуализированы даты лицензионного программного обеспечения	11.05.2022 г., протокол № 11	19.05.2022 г., протокол № 9	26.05.2022 г., протокол № 12

Лист регистрации дополнений и изменений
в рабочей программе дисциплины (модуля)

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика

по направлению подготовки 38.03.01 Экономика

основной профессиональной образовательной программы высшего образования Бухгалтерский учет и аудит

на 2023 / 2024 учебный год

№ п/п	Номер и название раздела РПД	Краткая характеристика вносимых дополнений / изменений в РПД	Дата и номер протокола заседания кафедры	Дата и номер протокола заседания Учебно-методического совета	Дата и номер протокола заседания учёного совета филиала
1	Раздел 7.1 Рекомендуемая литература	Актуализированы источники основной и дополнительной литературы	16.05.2023, протокол № 10	18.05.2023 г., протокол № 9	25.05.2023 г., протокол № 10
2	Раздел 7.2 Перечень информационных технологий	Актуализированы даты лицензионного программного обеспечения	16.05.2023, протокол № 10	18.05.2023 г., протокол № 9	25.05.2023 г., протокол № 10