

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Тюлегенова Раиса Амиржановна Должность: Директор Дата подписания: 04.07.2023 14:33:47 Уникальный программный идентификатор: 125b8acc44c5368c45bd8abf3dc3ced4a4eed767e8486e18dc8a8b889439a47	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал	Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература	стр. 1
---	--	---	--------



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор Костанайского филиала  
 ФГБОУ ВО "ЧелГУ"  
 / Тюлегенова Р.А.  
 «25» мая 2023 г.

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**  
**Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика**

Направление подготовки (специальность)

**45.03.01 Филология**

Направленность (профиль)

**Русский язык и литература**

Присваиваемая квалификация (степень)

**Бакалавр**

Форма обучения

**очная**

Год набора

**2021, 2022**

Костанай 2023 г.

**Рабочая программа дисциплины (модуля) одобрена и рекомендована кафедрой**

Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

Протокол заседания № 10, от «16» мая 2023г.

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


Протокол заседания № 10, от «18» мая 2023г.


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

Протокол заседания № 10, от «25» мая 2023г.

Заведующий кафедрой  Нуртаzenов Тюлюбай Калиевич, кандидат исторических наук, доцент

Авторы (составители)  доцент, Калашников Александр Петрович;

 магистр психолого-педагогического образования, старший преподаватель, Павлина Иван Петрович

Рецензент  кандидат педагогических наук, и.о. ассоциированного профессора (доцента) кафедры теории и практики физической культуры Костанайского регионального университета имени А.Байтурсынова, Огиенко Надежда Анатольевна

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература	стр. 3
--	--------

## 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 атлетики для укрепления своего здоровья;
- формирование у студентов практических умений и навыков выполнения основных физических упражнений легкой атлетики;
- 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:	К.М.02.ДВ.01.03
<b>2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
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	
<b>2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
"Элективная дисциплина (модуль) по физической культуре и спорту. Легкая атлетика" закладывает основы для дальнейшего изучения таких дисциплин (модулей) как:	
Физическая культура и спорт	
Производственная практика. Преддипломная практика	

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

**УК-7.1: Применяет знания здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.**

### Знать:

пороговый	Знает основное содержание здоровьесберегающих технологий.
продвинутый	Знает требования к уровню физической подготовленности.
высокий	Знает требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность.

### Уметь:

пороговый	Умеет использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей.
продвинутый	Умеет использовать методы и средства физической культуры для достижения личностных и жизненных целей.
высокий	Умеет использовать методы и средства физической культуры, знания здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### Владеть:

пороговый	Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья.
продвинутый	Владеет средствами и методами физического самосовершенствования.
высокий	Владеет методами и средствами здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**УК-7.2: Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.**

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература	стр. 4
--	--------

<b>Знать:</b>	
пороговый	Знает понятие, технологию, принципы, правила и методы планирования рабочего и свободного времени для систематических занятий физической культурой
продвинутый	Знает и понимает роль физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности
высокий	Знает требования к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности.

<b>Уметь:</b>	
пороговый	Умеет проводить сопоставительный анализ различных подходов к планированию задач личного развития с учетом сохранения физического и умственного здоровья.
продвинутый	Умеет формировать здоровый образ жизни и эффективно использовать ресурс работоспособности
высокий	Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки.

<b>Владеть:</b>	
пороговый	Владеет навыками планирования рабочего и свободного времени.
продвинутый	Владеет методами сохранения физического и умственного здоровья для обеспечения работоспособности.
высокий	Владеет способностью к устойчивому обеспечению работоспособности на основании оптимального сочетания физической и умственной нагрузки.

**УК-7.3: Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.**

<b>Знать:</b>	
пороговый	Знает основные нормы здорового образа жизни.
продвинутый	Знает влияние условий и характера труда работника на физическое состояние человека.
высокий	Знает особенности выбора содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда и соблюдения норм здорового образа жизни.

<b>Уметь:</b>	
пороговый	Умеет поддерживать достаточный для различных жизненных ситуаций уровень физической подготовленности.
продвинутый	Умеет поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
высокий	Умеет выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств, использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.

<b>Владеть:</b>	
пороговый	Владеет методиками и методами самодиагностики и самооценки собственной физической подготовленности.
продвинутый	Владеет средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности.
высокий	Владеет средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной активности и пропаганды здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.

**4 ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Общая трудоемкость	<b>0 ЗЕТ</b>
Часов по учебному плану : 328 в том числе : аудиторные занятия : 320 самостоятельная работа : 8 :	Виды контроля в семестрах:  зачеты 1, 2, 3, 4, 5

**5 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

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

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература							стр. 5
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/	1	6	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
1.2	Рубежный контроль 1 /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
1.3	Техника бега и развитие общей выносливости. /Пр/	1	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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	Рубежный контроль 2 /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
1.5	Развитие специальной выносливости. /Пр/	1	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература							стр. 6
1.6	Рубежный контроль 3 /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
1.7	Развитие физических качеств в беге на длинные дистанции. /Пр/	1	18	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
1.8	Рубежный контроль 4 /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
1.9	Средства легкой атлетики, способствующие здоровью и профессиональной деятельности человека. /Ср/	1	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Методы: исследовательский метод Форма контроля: краткий конспект (проверка выполненных индивидуальных заданий).	
<b>Раздел 2. Бег на средние дистанции</b>							
2.1	Методика обучения бега на средние дистанции. /Пр/	2	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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	Рубежный контроль 1 /Пр/	2	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература							стр. 7
2.3	Основы техники бега на средние дистанции. /Пр/	2	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
2.4	Рубежный контроль 2 /Пр/	2	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
2.5	Развитие и выработка специальной техники бега на средние дистанции. /Пр/	2	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
2.6	Рубежный контроль 3 /Пр/	2	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
2.7	Развитие специальных физических качеств для бега на средние дистанции. /Пр/	2	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература							стр. 8
2.8	Рубежный контроль 4 /Пр/	2	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
2.9	Основы техники бега на короткие, средние и длинные дистанции /Ср/	2	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Методы: исследовательский метод Форма контроля: краткий конспект (проверка выполненных индивидуальных заданий).	
<b>Раздел 3. Бег на короткие дистанции</b>							
3.1	Развитие специальных физических качеств в беге на короткие дистанции. /Пр/	3	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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	Рубежный контроль 1 /Пр/	3	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
3.3	Беговые упражнения для овладения техникой бега на короткие дистанции. /Пр/	3	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
3.4	Рубежный контроль 2 /Пр/	3	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	



Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература							стр. 9
3.5	Основы техники бега на короткие дистанции (старт, финиш, бег по дистанции). /Пр/	3	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
3.6	Рубежный контроль 3 /Пр/	3	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
3.7	Подводящие упражнения для обучения техники бега на короткие дистанции. /Пр/	3	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
3.8	Рубежный контроль 4 /Пр/	3	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
<b>Раздел 4. Эстафетный бег.</b>							
4.1	Методика обучения эстафетному бегу. /Пр/	4	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература							стр. 10
4.2	Рубежный контроль 1 /Пр/	4	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
4.3	Техника передачи эстафетной палочки. /Пр/	4	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.	
4.4	Рубежный контроль 2 /Пр/	4	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
4.5	Упражнения для овладения техникой эстафетного бега. /Пр/	4	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э2	Методы: словесный метод (рассказ, описание, объяснение), зрительный метод (показ движений, зрительное ориентирование), расчлененно-конструктивный, сопряженный метод. Оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по теме.	
4.6	Рубежный контроль 3 /Пр/	4	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература							стр. 11
4.7	Виды эстафетной программы. Старт, финиш, бег по дистанции в эстафетном беге. /Пр/	4	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
4.8	Рубежный контроль 4 /Пр/	4	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
<b>Раздел 5. Методика развития физических качеств в легкой атлетике</b>							
5.1	Сила. Силовые способности. /Пр/	5	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
5.2	Рубежный контроль 1 /Пр/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
5.3	Быстрота. Скоростные способности. /Пр/	5	12	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература							стр. 12
5.4	Рубежный контроль 2 /Пр/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
5.5	Выносливость. Виды выносливости. /Пр/	5	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
5.6	Рубежный контроль 3 /Пр/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	
5.7	Ловкость. Гибкость. /Пр/	5	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 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.	
5.8	Рубежный контроль 4 /Пр/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2	Метод: строго регламентированного упражнения. Оценочные средства: выполнение контрольных нормативов по теме.	

## 6 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 6.1 Перечень видов оценочных средств

Текущий контроль успеваемости по дисциплине регулярно осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий с помощью следующих оценочных средств: выполнение упражнений по пройденным разделам дисциплины за семестр. Текущий контроль проводится регулярно с целью получения оперативной информации об усвоении учебного материала и диагностики сформированности компетенций. Используемые оценочные средства: выполнение контрольных упражнений по темам.

Рубежный контроль проводится с целью определения степени сформированности отдельных компетенций обучающихся по завершению освоения очередного раздела курса, используемые оценочные средства: выполнение контрольных нормативов.

<p>Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература</p>	<p>стр. 13</p>
<p>Промежуточная аттестация проводится по завершению периода обучения семестра с целью определения степени достижения запланированных результатов обучения по дисциплине (модулю) за семестр, проводится в форме зачета, подведения итогов балльно-рейтинговой системы оценивания, используемые оценочные средства: выполнение контрольных нормативов.</p>	
<p align="center"><b>6.2 Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей и рубежной аттестации</b></p>	
<p>Практические задания по темам дисциплины (модуля) для текущей аттестации в целом:  Оценочные средства текущего контроля: выполнение контрольных упражнений (представленные контрольные упражнения выполняются без учета времени и количества выполненных повторений, оценивается техническое владение двигательными умениями и навыками).  Оценочные средства рубежного контроля: выполнение контрольных нормативов (все представленные контрольные упражнения выполняются с учетом времени и количеством выполненных повторений).  -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.  -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.</p>	
<p align="center"><b>6.3 Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации</b></p>	
<p>Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.  Используемые оценочные средства: выполнения контрольных нормативов.  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.</p> <p>Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся представлены в ФОС по промежуточной аттестации дисциплины.</p>	
<p align="center"><b>6.4 Критерии оценивания</b></p>	
<p>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</p> <p>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</p>	

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература	стр. 14
<p>по темам входящим в учебный график курса, может правильно применить полученные знания на практике, работал на практических занятиях, частично выполнял задания рабочей программы дисциплины.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Более подробно о балльно-рейтинговой системе оценки результатов обучения студентов можно ознакомиться в документе «Положение о балльно-рейтинговой системе оценки результатов обучения студентов» находящемся на сайте <a href="http://csu.kz/sveden/files/Formi_sroki_kontrolya_31.08.2017.pdf">http://csu.kz/sveden/files/Formi_sroki_kontrolya_31.08.2017.pdf</a></p>	

<b>7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>				
<b>7.1 Рекомендуемая литература</b>				
<b>7.1.1 Основная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л1.1	Забелина Л. Г., Нечунаева Е. Е.	Легкая атлетика: учебное пособие ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=228993">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=228993</a> )	Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2010	ЭБС
Л1.2	Врублевский Е. П.	Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах): учебное пособие ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=459995">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=459995</a> )	Москва: Спорт, 2016	ЭБС
<b>7.1.2 Дополнительная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.1		Легкая атлетика: энциклопедия ( <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461472">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461472</a> )	Москва: Человек, 2013	ЭБС
Л2.2	Кравчук В. И.	Легкая атлетика: учебно-методический комплекс ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=492140">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=492140</a> )	Челябинск: ЧГАКИ, 2004	ЭБС
Л2.3	Алхасов Д. С., Пономарев А. К.	Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для вузов ( <a href="https://urait.ru/bcode/518851">https://urait.ru/bcode/518851</a> )	Москва: Юрайт, 2023	ЭБС
<b>7.2 Перечень информационных технологий</b>				
<b>7.2.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение</b>				
<p>Лицензионное программное обеспечение:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Операционная система Microsoft Windows 7 PRO CIS and GE OEM Software (Сертификат подлинности (COA) наклеен на корпус ПК). Пакет прикладных программ «Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian Academic OLP License» (Лицензия № 62650104 от 08.11.2013 срок действия - бессрочно).</li> <li>2. Операционная система Microsoft Windows Professional 10 Russian Academic OLP License». (Лицензия № 66215042 от 22.12.2015 срок действия - бессрочно.). Пакет прикладных программ «Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic OLP License» (Лицензия № 66215042 от 22.12.2015 срок действия - бессрочно).</li> <li>3. Операционная система Microsoft Windows XP Professional OEM Software (Сертификат подлинности (COA) наклеен на корпус ПК). Пакет прикладных программ Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN License (Лицензия № 41849959 от 06.03.2007 срок действия - бессрочно).</li> <li>4. Программное обеспечение «Визуальная студия тестирования» (Договор № 4270 от 01.07.2017. срок действия - бессрочно).</li> <li>5. Kaspersky Endpoint Security Educational License (Лицензия №2FA8-221114-061421-236-1377 с 18.11.2022 до 20.11.2023)</li> <li>6. Программа ЭВМ «Среда электронного обучения 3KL» (Договор № 1166.7 от 01.02.2023 до 08.02.2024 г.)</li> </ol> <p>Свободно распространяемое программное обеспечение:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. SimpleDict - Электронный словарь</li> <li>2. PDFedit - Редактор PDF файлов</li> </ol>				

Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература	стр. 15
--	---------

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

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

## 8 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

<p>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.</p> <p>Помещения для проведения групповых и индивидуальных консультаций: 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.</p> <p>Помещения для проведения промежуточной и 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.</p> <p>Помещения для самостоятельной работы:          Учебная аудитория (мультимедийный компьютерный кабинет) № 318. Количество посадочных мест – 25.</p>
--

<p>Рабочая программа дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика" по направлению подготовки (специальности) 45.03.01 Филология направленности (профилю) Русский язык и литература</p>	<p>стр. 16</p>
<p>Учебное оборудование: рабочее место преподавателя -1, доска магнитно-маркерная -1, учебная мебель -25, круглый стол -1.</p>	
<p>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.</p>	
<p>Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: тематические стенды – 7.</p>	
<p>Учебная аудитория (специализированный лингафонный кабинет) №216 оборудована: рабочее место преподавателя -1, 2 специальных учебных места, оборудованных для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, учебная мебель.</p>	
<p>Технические средства обучения: компьютеры (20) в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП), гарнитура (наушники, микрофон), оснащенные доступом к информационным ресурсам в сети «Интернет» и электронной информационной образовательной среде филиала.</p>	
<p>Количество посадочных мест – 20, из них 20 посадочных мест оснащены компьютерами.</p>	
<p>Библиотека (читальный зал)</p>	
<p>Количество посадочных мест – 100, из них 10 посадочных мест оснащены компьютерами.</p>	
<p>Учебное оборудование: картотека, полки, стеллажи, учебная мебель, круглый стол.</p>	
<p>Технические средства обучения – компьютеры (10) в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП), телевизор, мониторы (для круглого стола), книги электронные PocketBook614, оснащенные доступом к информационным ресурсам в сети «Интернет», электронной информационной образовательной среде филиала.</p>	
<p>Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: шкаф-стеллаж – 2, выставка – 2, выставка-витрина – 2, стенд – 2, стеллаж демонстрационный – 1, тематические полки – 6.</p>	
<p>Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 309</p>	
<p>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.</p>	
<p>Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования №316</p>	
<p>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.</p>	
<p>Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 24</p>	
<p>Оборудование: столярный станок, электролобзик, шуруповёрт, электродрель, электрозамеряющие приборы, стол для профилактики учебного оборудования, стул, стеллажи для хранения.</p>	
<p>Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования №14 в спорткомплексе</p>	
<p>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.</p>	
<p>Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 213</p>	
<p>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.</p>	
<p>Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования №300</p>	
<p>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.</p>	



### 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 задачами 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.

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Лёгкая атлетика», разработанную Павлина И.П. ст.преподавателем кафедры СГЕНД, Калашниковым А.П., доцентом кафедры СГЕНД Костанайского филиала ФГБОУ ВО «Челябинский государственный университет», реализуемую в соответствии с требованиями ФГОС ВО по основной профессиональной образовательной программе высшего образования «Русский язык и литература» направления подготовки 45.03.01 Филология

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 06 апреля 2021 г. №301 и федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 45.03.01 Филология, утвержденного приказом Минобрнауки России от 12 августа 2020 г. №986.

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 УК-7. 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 "Эл. 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 «Русский язык и литература» направления подготовки 45.03.01 Филология.

Рецензент,

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

Подпись *Огиенко Н.А.*

*Смагина О.А.* заверяю.  
М.П. (подпись)

*специалист отдела кадров*  
(должность, ФИО)



Н.А. Огиенко