

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Богдалова Елена Викторовна
Должность: Проректор по образовательной деятельности
Дата подписания: 23.12.2025 12:05:39
Уникальный программный ключ:
ec85dd5a839619d48ea76b2d23dba88a9c82091a

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение инклюзивного высшего образования
«Российский государственный
университет социальных технологий»
(ФГБОУ ИВО «РГУ СоцТех»)

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Б1.О.36 ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

наименование дисциплины

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

(адаптивная физическая культура)

шифр и наименование направления подготовки

Адаптивное физическое воспитание

направленность (профиль)

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств.....
2. Перечень оценочных средств.....
3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций.....
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций.....
5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.....

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «легкая атлетика с методикой преподавания».

Оценочные средства составляются в соответствии с рабочей программой дисциплины и представляют собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.), предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения.

Оценочные средства используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Таблица 1 - Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины

Код компетенции	Наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-1.	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-1.1. Знает: особенности организации занятий и физкультурно – спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья. ОПК-1.2. Умеет: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья ОПК-1.3. Владеет: действиями по соблюдению правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики - в условиях реальных педагогических ситуаций; действиями по осуществлению профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего, среднего общего образования – в части анализа содержания современных подходов к организации и функционированию системы общего образования.

ОПК 13	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК-13.1 Знает методику планирование содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо - морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся ОПК-13.2 Умеет проектировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся ОПК-13.3 Владеет способностями планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся
ОПК-14.	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-14.1 Знает правила в области техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи при организации образовательной деятельности в области физической культуры ОПК-14.2 Умеет организовывать свою работу с учетом соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, проводит мероприятия по оказанию первой доврачебной помощи. ОПК-14.3 Владеет системой действий направленных на обеспечение соблюдения техники безопасности, профилактику травматизма, обладает навыками оказания первой доврачебной помощи

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения (табл. 2).

2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Таблица 2

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Устный опрос	Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
	Дискуссия	Оценочные средства, позволяющие включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.	Перечень дискуссионных тем для проведения круглого стола (дискуссии, полемики, диспута, дебатов)
2	Тестирование	Средство, позволяющее оценить уровень знаний обучающегося путем выбора им одного из нескольких вариантов ответов на поставленный вопрос. Возможно использование тестовых вопросов, предусматривающих ввод обучающимся короткого и однозначного ответа на поставленный вопрос.	Тестовые задания

3. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Оценивание результатов обучения по дисциплине «Легкая атлетика с методикой преподавания» осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины) и промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Показатели и критерии оценивания компетенций, формируемых в процессе освоения данной дисциплины, описаны в табл. 3.

Таблица 3.

Код компетенции	Уровень освоения компетенций	Индикаторы достижения компетенций	Вид учебных занятий ¹ , работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций ²	Контролируемые разделы и темы дисциплины ³	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции ⁴
ОПК-1		Знает			
	Недостаточный уровень, Оценка	ОПК-1.1. Студент не знает: особенности организации занятий и физкультурно –	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов	Текущий контроль – опрос, контрольная

¹ Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа...

² Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма и т.д.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.

³ Наименование темы (раздела) берется из рабочей программы дисциплины.

⁴ Оценочное средство должно выбираться с учетом запланированных результатов освоения дисциплины, например:

«Знать» – собеседование, коллоквиум, тест...

«Уметь», «Владеть» – индивидуальный или групповой проект, кейс-задача, деловая (ролевая) игра, портфолио.

	«неудовлетворительно»	спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	работа.
	Базовый уровень, Оценка - «удовлетворительно»	ОПК-1.1. Знает: особенности организации занятий и физкультурно – спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
	Средний уровень, Оценка «хорошо»	ОПК-1.1. Знает: особенности организации занятий и физкультурно – спортивных мероприятий с использованием средств,	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта.	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.

		методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-1.1. Знает: особенности организации занятий и физкультурно – спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
	Умеет				
Недостаточный уровень, Оценка «неудовлетворительно»	ОПК-1.2. Студент не умеет: проводить занятия и физкультурно- спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта.	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

		видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
Базовый уровень, Оценка - «удовлетворительно»	ОПК-1.2. Умеет: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
Средний уровень, Оценка «хорошо»	ОПК-1.2. Умеет: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

		двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья		лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-1.2. Умеет: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
	Владеет				
Недостаточный уровень, Оценка «неудовлетворительно»	ОПК-1.3. Студент не владеет: действиями по соблюдению правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики - в условиях реальных педагогических ситуаций; действиями по осуществлению	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

		профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего, среднего общего образования – в части анализа содержания современных подходов к организации и функционированию системы общего образования.		лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
	Базовый уровень, Оценка - «удовлетворительно»	ОПК-1.3. Владеет: действиями по соблюдению правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики - в условиях реальных педагогических ситуаций; действиями по осуществлению профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего, среднего общего образования – в части анализа содержания современных подходов к организации и функционированию системы	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.

		общего образования.			
Средний уровень, Оценка «хорошо»	ОПК-1.3. Владеет: действиями по соблюдению правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики - в условиях реальных педагогических ситуаций; действиями по осуществлению профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего, среднего общего образования – в части анализа содержания современных подходов к организации и функционированию системы общего образования.	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-1.3. Владеет: действиями по соблюдению правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики - в условиях реальных	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

		педагогических ситуаций; действиями по осуществлению профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего, среднего общего образования – в части анализа содержания современных подходов к организации и функционированию системы общего образования.	сдача экзамена.	и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
Код компетенции	Уровень освоения компетенций	Индикаторы достижения компетенций	Вид учебных занятий ⁵ , работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций ⁶	Контролируемые разделы и темы дисциплины ⁷	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции ⁸

⁵ Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа...

⁶ Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма и т.д.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.

⁷ Наименование темы (раздела) берется из рабочей программы дисциплины.

⁸ Оценочное средство должно выбираться с учетом запланированных результатов освоения дисциплины, например:

«Знать» – собеседование, коллоквиум, тест...

«Уметь», «Владеть» – индивидуальный или групповой проект, кейс-задача, деловая (ролевая) игра, портфолио.

ОПК-13		Знает			
	Недостаточный уровень, Оценка «неудовлетворительно»	ОПК-13.1 Студент не знает методику планирование содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо - морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
	Базовый уровень, Оценка - «удовлетворительно»	ОПК-13.1 Знает методику планирование содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо - морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
	Средний уровень,	ОПК-13.1 Знает методику	Лекционные и	Тема 1. Основы техники	Текущий контроль –

	Оценка «хорошо»	планирование содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо - морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	опрос, контрольная работа.
	Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-13.1 Знает методику планирование содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо - морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
		Умеет			
	Недостаточный уровень, Оценка	ОПК-13.2 Студент не умеет проектировать содержание	Лекционные и практические занятия,	Тема 1. Основы техники	Текущий контроль – опрос, контрольная

	«неудовлетворительно»	занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо- морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	работа.
	Базовый уровень, Оценка - «удовлетворительно»	ОПК-13.2 Умеет проектировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо- морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
	Средний уровень, Оценка «хорошо»	ОПК-13.2 Умеет проектировать содержание занятий с учетом положений теории физической	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.

		культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо- морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-13.2 Умеет проектировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо- морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
	Владеет				
Недостаточный уровень, Оценка «неудовлетворительно»	ОПК-13.3 Студент не владеет способностями планировать содержание занятий с учетом положений теории	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

		физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	аттестации, подготовка и сдача экзамена.	методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
Базовый уровень, Оценка - «удовлетворительно»	ОПК-13.3 Владеет способностями планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
Средний уровень, Оценка «хорошо»	ОПК-13.3 Владеет способностями планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

		характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	сдача экзамена.	и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
	Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-13.3 Владеет способностями планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
Код компетенции	Уровень освоения компетенций	Индикаторы достижения компетенций	Вид учебных занятий ⁹ , работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и	Контролируемые разделы и темы дисциплины ¹¹	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности

⁹ Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа...

			развитию компетенций ¹⁰		компетенции ¹²
ОПК-14		Знает			
	Недостаточный уровень, Оценка «неудовлетворительно»	ОПК-14.1 Студент не знает правила в области техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи при организации образовательной деятельности в области физической культуры	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
	Базовый уровень, Оценка – «удовлетворительно»	ОПК-14.1 Знает правила в области техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи при организации образовательной деятельности в	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.

¹¹ Наименование темы (раздела) берется из рабочей программы дисциплины.

¹⁰ Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма и т.д.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.

¹² Оценочное средство должно выбираться с учетом запланированных результатов освоения дисциплины, например:

«Знать» – собеседование, коллоквиум, тест...

«Уметь», «Владеть» – индивидуальный или групповой проект, кейс-задача, деловая (ролевая) игра, портфолио.

		области физической культуры	сдача экзамена.	и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
Средний уровень, Оценка «хорошо»	ОПК-14.1 Знает правила в области техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи при организации образовательной деятельности в области физической культуры	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-14.1 Знает правила в области техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи при организации образовательной деятельности в области	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

		физической культуры		Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
		Умеет			
	Недостаточный уровень, Оценка «неудовлетворительно»	ОПК-14.2 Студент не умеет организовывать свою работу с учетом соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, проводит мероприятия по оказанию первой доврачебной помощи.	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
	Базовый уровень, Оценка - «удовлетворительно»	ОПК-14.2 Умеет организовывать свою работу с учетом соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, проводит мероприятия по оказанию первой доврачебной помощи.	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.

				школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	
Средний уровень, Оценка «хорошо»	ОПК-14.2 Умеет организовывать свою работу с учетом соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, проводит мероприятия по оказанию первой доврачебной помощи.	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-14.2 Умеет организовывать свою работу с учетом соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, проводит мероприятия по оказанию первой доврачебной помощи.	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

				тренировки в лёгкой атлетике	
		Владеет			
Недостаточный уровень, Оценка «неудовлетворительно»	ОПК-14.3 Студент не владеет системой действий направленных на обеспечение соблюдения техники безопасности, профилактику травматизма, обладает навыками оказания первой доврачебной помощи	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	
Базовый уровень, Оценка - «удовлетворительно»	ОПК-14.3 Владеет системой действий направленных на обеспечение соблюдения техники безопасности, профилактику травматизма, обладает навыками оказания первой доврачебной помощи	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.	

				тренировки в лёгкой атлетике	
	Средний уровень, Оценка «хорошо»	ОПК-14.3 Владеет системой действий направленных на обеспечение соблюдения техники безопасности, профилактику травматизма, обладает навыками оказания первой доврачебной помощи	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.
	Высокий уровень, Оценка «отлично»	ОПК-14.3 Владеет системой действий направленных на обеспечение соблюдения техники безопасности, профилактику травматизма, обладает навыками оказания первой доврачебной помощи	Лекционные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, подготовка и сдача промежуточной аттестации, подготовка и сдача экзамена.	Тема 1. Основы техники легкоатлетических видов Тема 2. Основы теории и методики спорта. Тема 3. Организация, проведение и правила соревнований по лёгкой атлетике Тема 4. Урок лёгкой атлетики в школе Тема 5. Основы спортивной тренировки в лёгкой атлетике	Текущий контроль – опрос, контрольная работа.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения

Методические рекомендации по подготовке к устному опросу

Одной из форм самостоятельной работы студентов является подготовка к устному опросу. Для подготовки к опросу студенту рекомендуется изучить лекционный материал, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов по соответствующей теме.

Эффективность подготовки студентов к устному опросу зависит от качества ознакомления с научной и методической литературой. При подготовке к опросу студентам рекомендуется обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения, составить тезисы выступления по отдельным проблемным аспектам.

Методические рекомендации по выполнению тестовых заданий

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

По форме тестовые задания могут быть весьма разнообразны.

К первой группе относятся задания закрытой формы с единственным правильным ответом из нескольких представленных.

Вторую группу составляют задания открытой формы, где ответ вводится самостоятельно в поле ввода.

Третья группа представлена заданиями на установление соответствия, в которых элементом одного множества требуется поставить в соответствие элементы другого множества.

В четвертой группе тестов требуется установить правильную последовательность вычислений или каких-то действий, шагов, операций и т. п., используются задания на установление правильной последовательности.

При подготовке к тестированию студент должен придерживаться следующих рекомендаций:

- внимательно изучить основные вопросы темы
- найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных нормативных документах, учебниках и дополнительной литературе;
- выяснить условия тестирования;
- внимательно прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выбрать правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов написать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания, что позволит максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант;
- на трудный вопрос не тратить много времени, а переходить к следующему. К трудному вопросу можно вернуться позже;
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

Дискуссия в процессе обучения

Подготовка и проведение дискуссии является значимым этапом освоения учебного материала, а также выступает одной из форм контроля выполнения студентом самостоятельной работы по конкретным разделам учебных дисциплин.

Дискуссия (от лат. *discussio* – «исследование») – это публичный диалог, в процессе которого сталкиваются различные, противоположные точки зрения. Целью дискуссии является выяснение и сопоставление позиций, поиск правильного решения, выявление истинного мнения. Учебная дискуссия отличается тем, что ее проблематика нова лишь для группы лиц, участвующих в дискуссии; ее ориентировочный результат известен организатору. Цель учебной дискуссии: овладение участниками методами ведения обсуждения, поиска и формулирования аргументов, их анализа. Грамотно организованная учебная дискуссия является фактором развития коммуникативных и аналитических способностей, позволяет выявить уровень представлений по определенной теме, проблеме.

Форма дискуссии представляет собой обмен мнениями во всех его формах. Соответствующий метод обучения заключается в проведении обсуждений по конкретной проблеме.

Последовательность этапов дискуссии включает:

- поиск и определение проблемы (затруднения), решаемые групповыми методами (путем выработки общего подхода, достижения согласия);
- формулировка проблемы в ходе группового анализа, обсуждения; анализ проблемы;
- попытки найти решение проблемы (они могут представлять собой процесс, включающий обсуждение, сбор данных, привлечение дополнительных источников информации и т.д.; группа делает предварительные выводы, проводит сбор мнений и т.д., продвигаясь к согласию).

На первом этапе осуществляется выбор темы. Тема может быть предложена преподавателем, подсказана конкретной ситуацией/событием или определена на основе предварительной беседы. Для обеспечения результативности дискуссии предполагается глубокое изучение вопроса, который будет обсуждаться.

Второй этап – это собственно проведение дискуссии. Дискуссия открывается вступительным словом ведущего. Он объявляет тему, дает ее обоснование, выделяет предмет спора — положения и суждения, подлежащие обсуждению. Участники дискуссии должны четко представлять, что является пунктом разногласий, а также убедиться, что нет терминологической путаницы, что они в одинаковых значениях используют слова. Поэтому ведущий определяет основные понятия через дефиницию, контрастные явления, конкретизаторы (примеры), синонимы и т.п. Стороны аргументируют защищаемый тезис, а также возражения по существу изложенных точек зрения, задают вопросы разных типов.

Успех дискуссии во многом зависит от ведущего, которому необходимо:

- заинтересовать участников дискуссии, настроить их на полемический лад, создать обстановку, при которой каждый студент не только не стеснялся бы высказывать свое мнение, но и стремился его отстаивать;
- не препятствовать желающим выступить, но и не принуждать к выступлению, стараться, чтобы сформировалась атмосфера искренности и откровенности;
- стимулировать активность участников, задавать острые, активизирующие вопросы, если спор начинает гаснуть.

В этом помогают следующие приемы: парадокс, неожиданное суждение, своеобразное мнение, резко расходящееся с общепринятым, даже противоречащее на первый взгляд здравому смыслу; неожиданный вопрос; реплика – краткое возражение, замечание с места, которое тоже настраивает на дискуссию, свидетельствует об активности слушателя, его желании уяснить вопрос, проверить свою точку зрения. сопоставить различные точки зрения, обобщить их с тем, чтобы позиции участников дискуссии были представлены как можно отчетливее, направлять дискуссию в русло намеченной цели; не исправлять заблуждающихся, предоставлять такую возможность слушателям; когда это целесообразно, вопрос, адресованный ведущему, переадресовать слушателям; корректировать, направлять дискуссионный диалог на соответствие его цели,

теме, подчеркивая то общее, что есть во фразах спорящих; выбрать подходящий момент для окончания дискуссии, не нарушая логику развития спора.

Любой спор, даже идущий по всем правилам логики, может погубить одно обстоятельство: если участники дискуссии забывают об этике спора.

Для студентов крайне важно помнить о правилах спора, к которым относятся следующие:

- прежде чем выступать, следует определить, какова необходимость вступить в спор;
- необходимо тщательно продумать то, о чем будете говорить;
- краткое и ясное изложение своей точки зрения: речь должна быть весома и убедительна;
- лучшим доказательством или способом опровержения являются точные и бесспорные факты; если доказана ошибочность мнения, следует признать правоту своего «противника»;
- начинайте возражать только тогда, когда вы уверены, что мнение собеседника действительно противоречит вашему;
- вначале приводите только сильные доводы, а о слабых говорите после и как бы вскользь;
- следите за тем, чтобы в ваших рассуждениях не было логических ошибок;
- необходимо помнить о культуре общения, уметь выслушать другого, уловить его позицию, не повышать голос, не прерывать выступающего, не делать замечаний, касающихся личных качеств участников обсуждения, избегать поспешных выводов; не следует вступать в пререкания с ведущим по ходу проведения дискуссии, в процессе спора старайтесь убедить, а не уязвить оппонента.

На третьем заключительном этапе подводятся итоги дискуссии.

В конце отмечается, достигнут ли результат, формируется вариант согласованной точки зрения или обозначаются выявленные противоположные позиции, их основная аргументация. Ведущий в заключительном слове характеризует состояние вопроса, а также отмечает наиболее конструктивные, убедительные выступления, тактичное поведение некоторых коммуникантов.

На данном этапе студентам предлагается оценить результативность дискуссии по следующим критериям:

- системность, точность и логичность изложенных аргументов;
- последовательность, ясность и полнота сделанных выводов;
- умение слушать оппонентов, принимать и оценивать их позицию;
- владение культурой речи, степень включенности в дискуссию каждого участника и проявления интереса к обсуждаемым вопросам.

Дискуссия требует строгого распределения времени. Время – чрезвычайно большая ценность. На каждое выступление в дискуссии отводится не более 3 минут. По истечении этого времени выступающему дается шанс кратко завершить свою мысль и аргументы, после чего он лишается слова. Для изложения мнения эксперта или программного выступления отводится от 5 до 15 минут.

5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

Вопросы для проведения опроса

1. Курс на расширение массовости и совершенствование качества физкультурного движения в современном российском обществе.
2. Образовательная роль физической культуры.
3. Физическая культура как фактор физического развития индивида.
4. Принцип оздоровительной направленности в физической культуре.

5. Роль физической культуры в содействии полноценному духовному развитию индивида.
6. Эстетическое значение физической культуры.
7. Специфические функции физической культуры в обществе.
8. Общекультурные функции физической культуры и спорта.
9. Тенденция дифференциации в развитии физической культуры.
10. Сравнительная характеристика видов и разновидностей современной физической культуры.
11. Состояние программно-нормативных основ современной отечественной системы физической культуры.
12. Отличия физических упражнений как средств и методов физического воспитания от иных видов двигательных действий.
13. Характеристика методов строго регламентированного упражнения и их классификация.
14. Особенности игрового метода в физическом воспитании.
15. Особенности соревновательного метода в физическом воспитании.
16. Значение идеомоторных и аналогичных факторов в физическом воспитании.
17. Информативные показатели нагрузки при выполнении физических упражнений (на примере избранных видов упражнений).
18. Типы интервалов отдыха при воспроизведении физических упражнений. Сравнительная характеристика распространённых классификаций физических упражнений.
19. Оздоровляющие свойства природной среды и гигиенические факторы, дополняющие комплекс средств физического воспитания.
20. Соотношение общепедагогических и специфических принципов регламентации процесса физического воспитания.

Контролируемые компетенции: ОПК-1, ОПК-13, ОПК-14.

Оценка компетенций осуществляется в соответствии с таблицей 3.

Тестовые задания

1. Какой вид легкой атлетики является циклическим и развивает преимущественно выносливость?

1. Прыжок в длину
2. Бег на короткие дистанции (спринт)
3. Бег на длинные дистанции (стайерский бег)
4. Метание копья

2. Как называется фаза в прыжке в длину с разбега, когда прыгун отталкивается от бруска?

1. Полёт
2. Отталкивание
3. Разбег
4. Приземление

3. Какой метод обучения является основным при разучивании техники метания малого мяча?

1. Игровой метод
2. Метод расчленённо-конструктивного упражнения
3. Круговой метод
4. Соревновательный метод

4. Что такое «низкий старт» и в каких дисциплинах он применяется?

1. Старт из положения стоя; применяется в беге на длинные дистанции
2. Старт из положения сидя; применяется в толкании ядра
3. Старт с опорой на колено и руки; применяется в беге на короткие дистанции

4. Старт с разбега; применяется в прыжках в высоту

5. Какова главная методическая задача при обучении технике бега?

1. Добиться максимальной скорости на первой секунде
2. Сформировать рациональную, экономичную технику бегового шага
3. Научить бегать на максимально длинные дистанции без подготовки
4. Исключить работу рук

Контролируемые компетенции: ОПК-1, ОПК-13, ОПК-14.

Оценка компетенций осуществляется в соответствии с таблицей 3.

Темы для дискуссий

1. Принцип непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования в нём нагрузок и отдыха.
2. Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий в процессе физического воспитания и адаптивного сбалансирования их динамики.
3. Принцип цикличности процесса физического воспитания и возрастной адекватности его направленности.
4. Общая характеристика этапов обучения двигательному действию.
5. Методика начального разучивания двигательного действия.
6. Методика углубленного разучивания двигательного действия.
7. Методика результирующей отработки двигательного действия.
8. Методика оптимизации ориентировочной основы двигательного действия при обучении ему.
9. Методы и приёмы предупреждения и устранения ошибок при обучении двигательному действию.
10. Основы современной методики воспитания двигательно-координационных способностей.
11. Пути воспитания способности точно соблюдать и регулировать пространственную точность движений.
12. Методика воспитания способности к рациональному мышечному расслаблению.
13. Методика воспитания способности соблюдать и регулировать равновесие тела.
14. Основы современной методики воспитания собственно силовых способностей.
15. Основы современной методики воспитания скоростных способностей.
16. Основы современной методики воспитания скоростно-силовых способностей.
17. Методы воспитания комплексной выносливости.
18. Методы воспитания общей аэробной выносливости.
19. Методы воспитания выносливости специального типа (на примере избранного вида специфической выносливости).
20. Средства и методы направленного воздействия на гибкость тела.
21. Методика воспитания осанки.
22. Меры по оптимизации в процессе физического воспитания массы и объёмов звеньев тела.
23. Условия и пути направленного воздействия в процессе физического воспитания на нравственное сознание и поведение индивида.
24. Воспитание волевых качеств личности в процессе физического воспитания.
25. Многообразие форм построения отдельных занятий в физическом воспитании и общие основы их структур.
26. Основные положения методики построения занятий урочного типа в физическом воспитании.
27. «Малые» и другие формы построения занятий неурочного типа в физкультурной практике.

28. «Круговая тренировка» как одна из эффективных организационно-методических форм построения занятий физическими упражнениями.
29. Значение и методика регулирования общей и моторной плотности занятий физическими упражнениями.

Контролируемые компетенции: ОПК-1, ОПК-13, ОПК-14.

Оценка компетенций осуществляется в соответствии с таблицей 3.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

[illegible]