

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.Астафьева»

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина  
Кафедра теории и методики спортивных дисциплин

УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
Протокол № 6  
от « 11 » февраля 2016 г.

зав.кафедры  Стручков В.И.

ОДОБРЕНО  
на заседании научно-методического  
совета \_\_\_\_\_  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ФОНД  
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся  
по дисциплине «Педагогическое физкультурно- спортивное совершенствование(легкая  
атлетика)»

Направление подготовки:  
«Педагогическое образование»

Профиль:  
«Физическая культура»

Квалификация:  
44.03.01 Бакалавр

Составитель: Янова М.Г.

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

1.1. Целью создания ФОС по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (легкая атлетика)» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС по дисциплине решает задачи:

- изучение влияния легкой атлетики на формирование личности занимающихся;
- изучение практики применения легкой атлетики как части общей системы физического воспитания;
- обобщение техники, тактики, методики, применяемых в отдельных видах легкой атлетики, с целью переноса на другие виды спортивные дисциплины;
- отбор и обоснование использования средств и методов из других видов спорта в практике легкой атлетики.

1.3. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 – «Педагогическое образование»
- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 – «Педагогическое образование»
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

## **2. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе изучения дисциплины:**

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

- готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8);
- способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2);
- способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого предмета (ПК-4);

## 2.2. Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы
<b>ОК-8</b>	Ориентировочный	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой преподавания: легкая атлетика	Текущий контроль успеваемости	реферат
	Когнитивный	Педагогика высшей школы, в части «познакомить»	Текущий контроль успеваемости	рабочая тетрадь
	Праксиологический	Педагогическая практика	Промежуточная аттестация	тестирование
	Рефлексивно-оценочный	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой преподавания: легкая атлетика	Промежуточная аттестация	устный ответ
<b>ПК-2</b>	Ориентировочный	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой преподавания: легкая атлетика	Текущий контроль успеваемости	реферат
	Когнитивный	Педагогика высшей школы, в части «познакомить»	Текущий контроль успеваемости	рабочая тетрадь
	Праксиологический	Педагогическая практика	Промежуточная аттестация	тестирование

	Рефлексивно-оценочный	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой преподавания: легкая атлетика	Промежуточная аттестация	устный ответ
<b>ПК-4</b>	Ориентировочный	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой преподавания: легкая атлетика	Текущий контроль успеваемости	реферат
	Когнитивный	Педагогика высшее школы, в части «познакомить»	Текущий контроль успеваемости	рабочая тетрадь
	Праксиологический	Педагогическая практика	Промежуточная аттестация	тестирование
	Рефлексивно-оценочный	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой преподавания: легкая атлетика	Промежуточная аттестация	устный ответ

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1 Фонд оценочных средств включает примерные вопросы и электронное тестирование(тест)

3.2 Критерии оценивания по усному ответу студентов.

Оценка **«отлично»** ставится, если студент показал полное знание и понимание всего материала, смог составить полный и правильный ответ, сформулировал точное определение и истолкование основных понятий, аргументировано утверждал суждение.

Оценка **«хорошо»** ставится, если студент показал знания всего изученного программного материала. Дал полный и правильный ответ на основе изученных теорий; допустил незначительные ошибки и недочеты при воспроизведении изученного материала.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если студент усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; материал излагает несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если студент не усвоил и не раскрыл основное содержание материала; не делает выводов и обобщений. Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов или имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов.

3.3 Показатели и критерии оценивания сформированности компетенций

Оценочное средство: электронный тест, авторы: Янов В.В., Кравченко С.В., размещен по адресу <http://www.edu.kspu.ru/course/view.php?id=82>

3.4. Критерии оценивания результатов выполнения электронного теста:

Компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов) удовлетворительно/зачтено
готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающей полноценную деятельность (ОК-8);	Способен выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом	Владеет необходимыми тестами для определения уровня физической и функциональной подготовленности  Владеет навыками повышения своей физической подготовленности,	Владеет основами формирования двигательных действий и развития физических качеств;  Владеет знаниями по основам теории и методики физического воспитания, используя специальную литературу

	состояния здоровья и физической подготовленности; Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства	совершенствования спортивного мастерства	
способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2);			
способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого предмета (ПК-4)	Владеет способами ориентирования в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.);  Владеет способами профессионального самопознания и саморазвития	Способен оперировать основными категориями психологических знаний	Находит различия между психическими процессами, психическими состояниями и психическими свойствами личности.

### 3. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1 Фонды оценочных средств включают: сообщение на занятии (реферат), задания в рабочей тетради, тесты. Рабочая тетрадь размещена по адресу <http://elib.kspu.ru/document/16365>

4.2 Критерии оценивания заданий в контрольно – измерительных тестах, рабочей тетради см. в технологической карте рейтинга в рабочей программе дисциплины «Педагогическое физкультурно- спортивное совершенствование(легкая атлетика).»

Реферат, научный обзор, аналитический конспект - критерии оценки (10 баллов)

#### Поиск и анализ информации:

- Отбор актуальных и валидных источников по теме в печатных и Интернет изданиях 1 балл
- Изложение основной темы, идеи, концепции в выбранных источниках по теме 1 балл
- Сравнение различных профессиональных точек зрения, представленные в различных источниках по теме 1 балл

#### Адекватность структуры и содержания текста реферата:

- План и структура в соответствии с задачей реферирования 1 балл
- Отношение и профессиональное мнение к теме, идеям, концепциям в рассматриваемых в реферате источниках 1 балл
- Промежуточные и итоговые выводы и заключения по теме 1 балл

#### Профессиональное изложения текста:

- Владение современной профессиональной письменной лексикой 1 балл
- Грамотное письменное формулирование своих и чужие идеи по теме 1 балл
- Корректное цитирование источников в тексте и в сносках 1 балл
- Составление библиографических списков источников по теме в соответствии с ГОСТ 1 балл.

<b>Критерии оценки</b>	<b>Количество баллов</b>
Степень раскрытия сущности проблемы	6 баллов
Соблюдение требований к оформлению	3 балла
Грамотность	1 балл
Максимальный балл	10 баллов

#### **4. Учебно-методическое и информационное обеспечение фондов оценочных средств**

##### **Основная литература**

1. Аршинник С. П. Элементы кросса на уроках [Текст] / С. П. Аршинник, В. И. Тхорев // Физическая культура в школе. - 2008. - № 1. - С. 23-26.
2. Балыбердин О. А. О развитии скоростно-силовых качеств на занятиях легкой атлетикой / О. А. Балыбердин // Физическая культура в школе. - 2011. - № 5. - С. 6-9. - № 6. - С. 35-39.
3. Баранцев С. А. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега способом "согнув ноги" : 10 класс [Текст] / С. А. Баранцев, А. П. Сергеев // Физическая культура в школе. - 2007. - № 4. - С. 18 - 21.
4. Валеев Н. М. Дифференцирование методики восстановления работоспособности травмированных легкоатлетов на этапе спортивной реабилитации [Текст] / Н. М. Валеев, Н. В. Швыгина // Теория и практика физической культуры. - 2007. - № 1. - С. 49 - 54.
5. Левинтов И. Я. Подготовка бегунов - легкоатлетов на внеклассных занятиях [Текст] / И. Я. Левинтов // Физическая культура в школе. - 2007. - № 5. - С. 61 - 66.
6. Легкая атлетика. Бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба [Текст] : примерная прогр. спорт. подгот. для детско-юношеских спорт. шк., специализир. детско-юношеских шк. олимп. резерва / Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М. : Советский спорт, 2007. - 105 с.
7. Локтев С. А. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте [Текст] : практ. рук. для тренера / Локтев С. А. - М. : Сов. спорт, 2007. – С. 402.

8. Морозов В. В. Обучение технике легкоатлетических упражнений [Текст] / В. В. Морозов // Физическая культура в школе. - 2007. - № 6. - С. 11-14. - 2008. - № 3. - С. 8-10.
9. Назаров А. П. Тройной прыжок: научные подходы в подготовке спортсменов [Текст] / А. П. Назаров, В. П. Губа, И. Н. Мироненко. - М. : Физкультура и Спорт, 2007. - 160 с.
10. Стрельникова И. В. Как построить вводную часть урока по легкой атлетике [Текст] / И. В. Стрельникова // Физическая культура в школе. - 2011. - № 3. - С. 21-23.
11. Стрельникова И. В. Обучаем технике бега и беговой осанке [Текст] / И. В. Стрельникова // Физическая культура в школе. - 2007. - № 5. - С. 21 - 23.
12. Стрельникова И. В. Формирование беговой осанки и обучение технике бегового шага [Текст] / И. В. Стрельникова // Физическая культура в школе. - 2008. - № 6. - С. 16-20.
13. Ульянова Т. А. Интегрированные уроки по легкой атлетике в IV классе / Т. А. Ульянова // Физическая культура в школе. - 2011. - № 4. - С. 25-26. - № 5. - С. 10-11. - № 6. - С. 39-40.
14. Детское легкоатлетическое многоборье: учебно-методическое пособие / В.В. Янов, С.В. Кравченко. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2008. - 216 с.
15. История развития лёгкой атлетики: пособие для студентов / В.В. Янов, В.А. Перушкин. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2009. - 120 с.
16. Легкая атлетика: учебное пособие для студентов вузов / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - 6-е изд., стер. - М.: Academia, 2009. - 464 с.
17. Лёгкая атлетика. Правила соревнований ВФЛА: нормативный документ. - М.: Советский спорт, 2007. - 204 с.
18. Легкая атлетика на уроках физической культуры: учебно-методическое пособие / В.В. Янов, А.И. Сивых, М.Г. Янова. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2006. - 256 с.
19. Организация и судейство соревнований по легкой атлетике: Учебно-методическое пособие/ В.И. Лахов, В.И. Коваль, В.Л. Сечкин; Ред. В.И. Лахов. - М.: Советский спорт, 2004. - 512 с.
20. Специализированные сооружения для лёгкой атлетики: учебное пособие / И.Р. Бурлаков, Г.П. Неминуций. - М.: "СпортАкадемПресс", 2001. - 116 с.
21. Теория и методика легкой атлетики: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - М.: Спорт, 2013.

#### **Дополнительная литература**

1. Байков В. П. Главное упражнение жизни – бег [Текст] / В. П. Байков // Физическая культура в школе. - 2006. - № 5. - С. 18 - 24.
2. Баранцев С. А. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега способом "согнув ноги" : 7 класс [Текст] / С. А. Баранцев, В. В. Мельников // Физическая культура в школе. - 2005. - № 4. - С. 17 - 20.
3. Баранцев С. А. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега способом "согнув ноги" : 8 класс [Текст] / С. А. Баранцев, В. В. Мельников // Физическая культура в школе. - 2005. - № 5. - С. 22 - 24.
4. Баранцев С. А. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега способом "согнув ноги" : 9 класс [Текст] / С. А. Баранцев, А. П. Сергеев // Физическая культура в школе. - 2006. - № 4. - С. 18 - 24.
5. Бегун И. С. Обучение прыжкам в высоту способом "перешагивание" с разбега по дуге [Текст] / И. С. Бегун // Физическая культура в школе. - 2006. - № 3. - С. 15-21.



6. Бурлаков И. Р. Специализированные сооружения для легкой атлетики [Текст] : учеб. пособие для студ. акад. и ин-тов физ. культуры / И. Р. Бурлаков, Г. П. Неминуший. - М. : СпортАкадемПресс, 2001. - 116 с.
7. Грушников Н. М. Об атлетической подготовке на уроках [Текст] / Н. М. Грушников, Б. И. Туркунов // Физическая культура в школе. - 2004. - № 3. - С. 24 - 26.
8. Губа В. П. Легкая атлетика [Текст] : учеб.-метод. пособие для общеобразоват. школ / В. П. Губа, В. Г. Никитушкин, В. И. Гапеев. - М. : Олимпия Пресс, 2006. - 224 с.
9. Должиков И. И. Об обучении легкоатлетическим стартам в средних и старших классах [Текст] / И. И. Должиков // Физическая культура в школе. - 2006. - № 4. - С. 32-34.
10. Зеличенка В. Легкая атлетика : правила соревнований, 2006-2007 [Текст] / Междунар. Ассое. легкоатлет. федераций, Моск. регион. Центр развития ИААФ, Гос. учреждение г. Москвы "Дирекция спорт. и зрелищных мероприятий" ; под общ. ред. В. Зеличенка. - М. : Терра-Спорт, 2006. - Олимпия Пресс. - 142, [1] с.
11. Легкая атлетика. Барьерный бег [Текст] : примерная прогр. спорт. подгот. для детско-юношеских спорт. шк., специализир. детско-юношеских шк. олимп. резерва / Федер. агентство по физ. культуре, спорту и туризму. - М. : Советский спорт, 2004. - 148 [2] с.
12. Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции [Текст] : примерная прогр. спорт. подгот. для детско-юношеских спорт. шк., специализир. детско-юношеских шк. олимп. резерва - М. : Советский спорт, 2005. - 114 [1] с.
13. Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции: этапы спорт. совершенствования и высш. спорт. мастерства [Текст] : примерная прогр. спорт. подгот. для детско-юношеских спорт. шк., специализир. детско-юношеских шк. олимп. резерва / Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту. - М. : Советский спорт, 2004. - 86 [1] с.
14. Легкая атлетика. Бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба [Текст] : примерная прогр. спорт. подгот. для детско-юношеских спорт. шк., специализир. детско-юношеских шк. олимп. резерва / Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту. - М. : Советский спорт, 2004. - 105 [2] с.
15. Легкая атлетика. Метания [Текст] : примерная прогр. спорт. подгот. для детско-юношеских спорт. шк., специализир. детско-юношеских шк. олимп. резерва, шк. высш. спорт. мастерства / Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М. : Советский спорт, 2005. - 102 с.
16. Легкая атлетика. Многоборье [Текст]: примерная прогр. спорт. подгот. для детско-юношеских спорт. шк., специализир. детско-юношеских шк. олимп. резерва / Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М. : Советский спорт, 2005. - 111 с.
17. Легкая атлетика. Прыжки [Текст] : примерная прогр. спорт. подгот. для детско-юношеских спорт. шк., специализир. детско-юношеских шк. олимп. резерва и шк. высш. спорт. мастерства / Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М. : Советский спорт, 2005. - 97 [3] с.
18. Легкая атлетика [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов физ. культуры / А. И. Жилкин [и др.] ; по общ. ред. А. И. Жилкин. - М. : Академия, 2003. - 464 с.
19. Липатов В. Г. Тренировка-соревнование [Текст] / В. Г. Липатов // Физическая культура в школе. - 2005. - № 6. - С. 64 - 66.
20. Межуев В. Б. Обучение опорным прыжкам [Текст] / В. Б. Межуев // Физическая культура в школе. - 2003. - № 7. - С. 32 - 37.
21. Организация и судейство по легкой атлетике [Текст] : учебно-методическое пособие / В. И. Лахов. [и др.] ; В. И. Лахов. - М. : Советский спорт, 2004. - 512 с.
22. Подготовка бегунов на средние и длинные дистанции в условиях Кольского Заполярья [Текст] : метод. рекомендации / под общ. ред. А. Ф. Щербина. - Мурманск : МГПУ, 2006. - 22 с.

23. Попов В. Б. Фосбери-флоп. О технике достижений и тренировке [Текст] / В. Б. Попов // Физическая культура в школе. - 2003. - № 1. - С. 54 - 60.
24. Семенов В. В. Легкая атлетика в IX-XI классах. Бег и прыжки [Текст] / В. В. Семенов // Физическая культура в школе. - 2006. - № 3. - С. 12 - 14.
25. Семенов В. В. Легкая атлетика в начальных классах : метания. 1 - 3 классы [Текст] / В. В. Семенов // Физическая культура в школе. - 2004. - № 6. - С. 35 - 37.
26. Семенов В. В. Легкая атлетика в IV-V классах. Бег и прыжки [Текст] / В. В. Семенов // Физическая культура в школе. - 2005. - № 3. - С. 32 - 36.
27. Семенов В. В. Легкая атлетика в VI классе [Текст] / В. В. Семенов // Физическая культура в школе. - 2005. - № 4. - С. 25 - 27.
28. Семенов В. В. Легкая атлетика в VII-VIII классах [Текст] / В. В. Семенов // Физическая культура в школе. - 2005. - № 6. - С. 10 - 12.
29. Семенов В. В. Легкая атлетика в начальных классах. Ходьба, бег, прыжки [Текст] / В. В. Семенов // Физическая культура в школе. - 2004. - № 4. - С. 13 - 16 ; № 5. - С. 8 - 13.
30. Фокин Г. Ю. Уроки легкой атлетики в начальной школе : 3 класс [Текст] / Г. Ю. Фокин // Физическая культура в школе. - 2003. - № 1. - С. 13 - 20.
31. Фокин Г. Ю. Уроки легкой атлетики : 5 класс [Текст] / Г. Ю. Фокин // Физическая культура в школе. - 2005. - № 1. - С. 28 - 34.
32. Фокин Г. Ю. Уроки легкой атлетики : 6 класс [Текст] / Г. Ю. Фокин // Физическая культура в школе. - 2005. - № 5. - С. 5 - 10.
33. Фокин Г. Ю. Уроки легкой атлетики : VI класс [Текст] / Г. Ю. Фокин // Физическая культура в школе. - 2006. - № 1. - С. 6 - 13.
34. Фокин Г. Ю. Уроки легкой атлетики [Текст] / Г. Ю. Фокин // Физическая культура в школе. - 2004. - № 5. - С. 14 - 19.
35. Челноков В. А. Особенности построения системы профилактики позвоночника у легкоатлетов высокой квалификации [Текст] / В. А. Челноков // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. - 2006. - № 4. - С. 30 - 35.
36. Щербина А. Ф. Подготовка бегунов на средние и длинные дистанции в условиях Кольского Заполярья [Текст] : метод. рекомендации / А. Ф. Щербина - Мурманск : МГПУ, 2006. - 22 с.

### 5.3. Интернет-ресурсы:

<http://www.rusathletics.com/> - легкая атлетика России;  
<http://krasathlet.ru/> - федерация легкой атлетики Красноярского края;  
<http://tv.sportedu.ru/category/vserossiiskii-reestr-vidov-sporta/legkaya-atletik> - медиациентр РГУФК;  
<http://www.fizkult-ura.com/legkay-atletika> - онлайн справочник;  
<http://www.edu.kspu.ru/course/view.php?id=82&edit=0&sesskey=k4d7E0CaBW> – электронный учебный курс «легкая атлетика»;

## 5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

### 6.1. Примерная тематика письменных работ по дисциплине

1. История развития легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).
2. История развития легкой атлетики в регионе, области, городе.
3. Сравнительный анализ техники российских легкоатлетов и ведущих зарубежных легкоатлетов по кинограммам (отдельно по каждому виду у мужчин и женщин).
4. Анализ соревнований последнего чемпионата Мира и Европы по легкой атлетике.
5. Легкая атлетика на Древних олимпийских играх.
6. Легкая атлетика в дореволюционной России.

7. Российские легкоатлеты на Олимпийских играх и на чемпионатах Мира и Европы, кубках Мира.
8. Подвижные и спортивные игры на занятиях по легкой атлетике.
9. Тестирование подготовленности юного спортсмена.
10. Анализ достижений легкоатлетов России и мира.
11. Сравнительный анализ системы подготовки легкоатлетов в России и передовых странах мира.
12. Применение легкоатлетических упражнений в физическом воспитании дошкольников.
13. Применение легкоатлетических упражнений в системе подготовки спортсменов различных видов спорта.
14. Применение упражнений из различных видов спорта для обучения техники различных видов легкой атлетики.
15. Применение методик психологической саморегуляции в системе подготовки легкоатлета.
16. Особенности спортивной тренировки юных легкоатлетов в различных видах легкой атлетики.
18. Современное состояние легкоатлетического спорта в России, основные проблемы и задачи.
19. Спортивные сооружения для занятий легкой атлетикой. Типы, конструкции, строительство беговых дорожек, секторов для прыжков в длину и высоту, секторов для проведения метаний. Правила техники безопасности на легкоатлетических сооружениях.
20. Техника и методика обучения и исправления ошибок в толкании ядра с места и со скачка.
21. Техника и методика обучения и исправления ошибок в беге с низкого старта.
22. Техника и методика обучения и исправления ошибок в спортивной ходьбе.
23. Техника и методика обучения и исправления ошибок в эстафетном беге.
24. Техника обучения и исправления ошибок в прыжках в длину с места.
25. Техника и методика обучения и исправления ошибок в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».
26. Техника и методика обучения и исправления ошибок в прыжках в длину с разбега способом «ножницы».
27. Техника и методика обучения и исправления ошибок в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание».
28. Техника и методика обучения и исправления ошибок в прыжках в высоту с разбега способом «фосбери-флоп».
29. Техника и методика обучения и исправления ошибок в метании малого мяча способом из-за головы через плечо.
30. Техника и методика обучения и исправления ошибок в метании копья с разбега.
31. Все о низком старте: история возникновения, эволюция.

#### 6.2. Примерные вопросы по дисциплине

1. Классификация легкоатлетических упражнений.
2. Техника, методика обучения и исправления ошибок в толкании ядра с места и со скачка.
3. Итоги выступления сборной России по легкой атлетике на 30-х Олимпийских играх (Лондон 2012).
4. Возникновение и развитие легкой атлетики.
5. Техника, методика обучения и исправления ошибок в беге на короткие дистанции.
6. Судейство соревнований на старте.
7. Развитие легкой атлетики в дореволюционной России.

8. Техника, методика обучения и исправления ошибок в спортивной ходьбе.
9. Тренированность, «спортивная форма», перетренированность, средства ее предупреждения.
10. Развитие легкой атлетики в Советском Союзе.
11. Техника, методика обучения и исправления ошибок в эстафетном беге.
12. Судейство соревнований по прыжкам в высоту.
13. Техника, методика обучения и исправления ошибок в прыжках в длину с места.
14. Судейство соревнований по прыжкам в длину с разбега.
15. Техника, методика обучения и исправления ошибок в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».
16. Обязанности и судейство соревнований судьями на дистанции.
17. Техника, методика обучения и исправления ошибок в прыжках в длину с разбега способом «ножницы».
18. Обязанности и права участников соревнований по легкой атлетике.
19. Российские легкоатлеты на Олимпийских играх и на чемпионатах мира, кубках мира.
20. Техника, методика обучения и исправления ошибок в прыжках в длину способом «прогнувшись».
21. Судейство соревнований по толканию ядра.
22. Основы техники спортивной ходьбы. Факторы, определяющие результат, фазы и их характеристики.
23. Основы техники легкоатлетических прыжков. Факторы, определяющие результат, фазы и их характеристика.
24. Судейство соревнований в тройном прыжке с разбега.
25. Основы техники бега. Факторы, определяющие результат, фазы и их характеристики.
26. Итоги выступления российских легкоатлетов на 14-м чемпионате мира (Москва - 2013).
27. Внеклассная работа по легкой атлетике в школе.
28. Современное состояние легкоатлетического спорта в России, основные проблемы и задачи.
29. Развитие легкой атлетики в Красноярском крае.
30. Техника, методика обучения и исправления ошибок в метании малого мяча способом из-за головы через плечо.
31. Легкая атлетика в школьной программе по физической культуре.
32. Положение о проведении соревнований.
33. Обучение легкоатлетическим упражнениям - как педагогический процесс. Особенности, цели и задачи процесса. Принципы, средства и методы обучения л/а упражнениям..
34. Техника, методика обучения и исправления ошибок в прыжках в высоту способом «перешагивание».
35. Урок по легкой атлетике как основная форма занятий. Задачи, структура и содержание урока.
36. Основы спортивной тренировки в легкой атлетике. Особенности, цели и задачи процесса. Принципы, средства и методы подготовки легкоатлетов.
37. Техника, методика обучения и исправления ошибок в прыжках в высоту способом «перекидной».
38. Судейство соревнований на финише.
39. Виды спортивной подготовки и их характеристика.
40. Техника, методика обучения и исправления ошибок в прыжках в высоту с разбега способом «фосбери-флоп».
41. Спортивная форма участников на соревнованиях по легкой атлетике.

42. Виды соревнований. Организация проводящая соревнования.
43. Техника, методика обучения и исправления ошибок в метании копья с разбега.
44. Судейство соревнований по эстафетному бегу.
45. Основы техники легкоатлетических метаний. Факторы, определяющие результат, фазы метаний и их характеристика.
46. Особенности судейства соревнований по многоборьям.
47. Судейство соревнований по спортивной ходьбе и бегу.
48. Судейская коллегия на соревнованиях по легкой атлетике.
49. Техника, методика обучения и исправления ошибок в барьерном беге.
50. Основы многолетней подготовки, этапы подготовки, их характеристики
51. Легкая атлетика в спортивно-оздоровительном лагере.
52. Эволюция техники легкоатлетических упражнений.
53. Техника бега на 3000 м с препятствиями (стипель-чез).
54. Главный секретарь на соревнованиях по легкой атлетике.
55. Методика отбора для занятий легкоатлетическими упражнениями.
56. Комендант на соревнованиях по легкой атлетике.
57. Методика развития быстроты у легкоатлетов различной специализации.
58. Методика развития ловкости у легкоатлетов различной специализации.
59. Методика развития гибкости у легкоатлетов различной специализации.
60. Методика развития силы у легкоатлетов различной специализации.
61. Методика развития выносливости у легкоатлетов различной специализации.
62. Особенности подготовки юных спортсменов в различных видах легкой атлетики.
63. Гигиенические требования к спортивной одежде, обуви, спортивному оборудованию и инвентарю на занятиях по легкой атлетике.
64. Техника безопасности на занятиях различными видами легкой атлетики.
65. Организация, планирование и учет учебной работы по легкой атлетике в школе.
66. Документация на соревнованиях по легкой атлетике.
67. Особенности соревнований по легкой атлетике в закрытых помещениях.
68. Техника, методика обучения и исправления ошибок в беге на средние дистанции.
69. Спортивные сооружения для занятий легкой атлетикой. Беговая дорожка, сектора для прыжков и метаний (типы, конструкции, методика разбивки площадок).

## **7. Примерная тематика рефератов.**

1. История развития легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).
2. История развития легкой атлетики в крае, городе.
3. Анализ техники легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).
4. Сравнительный анализ техники российских легкоатлетов и ведущих зарубежных легкоатлетов по кинограммам (отдельно по каждому виду у мужчин и женщин).
5. Уровень развития быстроты у студентов различных факультетов
6. Уровень развития выносливости у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.
7. Уровень развития ловкости у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.
8. Уровень развития силы у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.
9. Уровень развития прыгучести у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.

10. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств студентов занимающихся и не занимающихся спортом.

### **8. Методические указания по выполнению рефератов по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (легкая атлетика)»**

Рефераты в системе физкультурно-педагогического образования являются одной из форм проверки знаний студентов.

Перед написанием реферата, прежде всего, необходимо ознакомиться с перечнем рекомендуемой литературы, затем прочитать один раз основные источники по теме и приступить к составлению плана изложения.

На втором этапе необходимо законспектировать и проанализировать основные положения работы, а затем приступить к изложению *своими словами* содержания реферата, придерживаясь последовательности в изложении материала, в соответствии с планом. При необходимости можно приводить цитаты, взятые в кавычки, например [1, С.53]. ***Списывание текста из источника категорически воспрещается, так же как не допускается своими словами пересказ одного лишь учебника или учебного пособия.***

Реферат должен быть соответствующе оформлен, составлять не более 8-10 страниц рукописного текста и отражать существенные ключевые моменты темы.

#### **Структура реферата:**

1. *титульный лист* – без нумерации;
2. *план*;
3. *введение* – с краткой аннотацией выполненной работы;
4. *анализ изучаемой темы* по рекомендуемому перечню содержания рефератов с заключением по обзору литературных источников;
5. *выводы* – по существу выполненной работы;
6. *библиография* – перечень литературы, используемой для написания текста реферата (в алфавитном порядке) - 5-7 источников.

#### **Критерии оценок реферата**

**Оценка «зачтено»** ставится, если в реферате:

- правильно сформулированы цели и задачи;
- достаточно полно подобрана и проанализирована изучаемая литература;
- сделаны аргументированные выводы, вытекающие из содержания работы;
- правильно составлен план, охватывающий основные вопросы тем;
- грамотно использованы цитаты, точно указаны источники;
- изложение ведется по плану;
- работа написана литературным языком, грамотно оформлена.

**Оценка «не зачтено»** ставится, если в реферате имеются следующие существенные недостатки:

- отсутствует ясная постановка конкретных целей и задач;
- недостаточно полно подобран материал или пересказано содержание учебника, лекции;
- недостаточно систематизирована, проанализирована и обобщена основная литература;
- отсутствуют выводы или они не соответствуют целям и задачам работы;
- изложение не соответствует плану;
- слабо аргументировано применение цитат или работа перегружена ими.

