

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

Институт физического воспитания и спорта

Кафедра спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Института физического
воспитания и спорта

Чорноштан А.Г.

« 01 » февраль 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«Легкая атлетика с методикой преподавания»**

По направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки Физическая культура. Начальная военная подготовка

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная

Курс: 1–5 курс, (1–10 семестр)

Луганск, 2024 год

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки: Физическая культура. Начальная военная подготовка) очной формы обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки): Физическая культура. Начальная военная подготовка, утвержденным Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 22.02.2018 № 125 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 18.10.2013 г. № 544н (с изм. от 25.12.2014).

СОСТАВИТЕЛЬ:

канд. пед. наук, доцент кафедры спортивных дисциплин Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Луганский государственный педагогический университет» Шкурин Александр Иванович,

старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Луганский государственный педагогический университет» Шинкарев Сергей Васильевич.

Утверждена на заседании кафедры спортивных дисциплин.
Протокол от « 26 » января 2024 г. № 7.

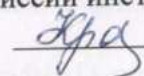
Заведующий кафедрой
спортивных дисциплин


Шкурин А.И.

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта

Протокол от « 31 » января 2024 г. № 5.

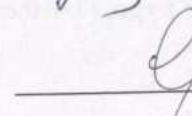
Председатель учебно-методической комиссии института
физического воспитания и спорта

 Крайнюк О.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования

« 01 » февраля 2024 г.

 Савенков В.В.

1. Цели и задачи учебной дисциплины:

Целями освоения учебной дисциплины «Легкая атлетика с методикой преподавания» являются:

1. Изучение наиболее общих закономерностей упражнений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях.
2. Приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для преподавания легкой атлетики как учебного предмета в школе.
3. Развитие профессионального мышления и профессионально значимых личностных качеств у студентов.

Задачами освоения учебной дисциплины «Легкая атлетика с методикой преподавания» являются:

1. Ознакомить с организацией работы по легкой атлетике в школе.
2. Ознакомить с классификацией, теорией и методикой обучения технике видов легкой атлетики.
3. Научить самостоятельно выполнять изученные виды легкой атлетики (сдать контрольные нормативы).
4. Изучить основные пункты правил соревнований по легкой атлетике.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Легкая атлетика с методикой преподавания» входит обязательную часть дисциплин подготовки студентов.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знания по истории легкой атлетики, основам техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, правилам соревнований, методики обучения видов легкой атлетики;

умения демонстрировать технику изученных видов;

навыки профессиональной и рациональной организации и проведения занятий и соревнований по легкой атлетике в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся.

Основывается на базе дисциплин: «Спортивная медицина», «Спортивно-педагогическое совершенствование», «Методика преподавания физической культуры в школе», «Организация спортивно-массовой работы а также будет использоваться в процессе профессиональной деятельности тренера, учителя физической культуры.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
УК-7	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на	Знать: - анатомо-физиологические особенности развития

	<p>организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p>УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p> <p>УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности</p>	<p>организма детей, подростков и взрослых;</p> <ul style="list-style-type: none"> - санитарно-гигиенические и психолого-педагогические основы в работе со всеми категориями обучающихся; - историю развития легкой атлетики; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний; - дидактические закономерности обучения в легкой атлетике; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать конкретные задачи физического воспитания с использованием средств легкой атлетики с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития и физической подготовленности занимающихся, условий для занятий; - пользоваться организационными приёмами работы с группой; - вести индивидуальную работу; - применять на практике основы организации, проведения и судейства соревнований; - определять причину ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, находить способы их устранения; оказывать первую помощь травмированному или
--	--	--

		<p>пострадавшему;</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - профессиональной и рациональной организацией и проведения занятий и соревнований по легкой атлетике в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся; - приемами общения специалиста по физической культуре и спорту с коллективом занимающихся и каждым индивидуумом и межличностного общения в коллективе;
ПК-1	<p>Знает: современные методики и технологии для обеспечения качеств учебно-воспитательного процесса;</p> <p>Умеет: использовать современные методы и технологии обеспечения качеств учебно-воспитательного процесса;</p> <p>Владет: современными методами реализацией образовательных программ различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности при занятиях легкой атлетикой; - методику проведения вводно-подготовительной части урока; - правила соревнований изученных видов легкой атлетики. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать эффективность проводимых занятий; - использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания; - формировать потребность к самостоятельной физической активности детей и взрослых, здоровому стилю жизни. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами самоанализа собственной

		профессиональной деятельности; использования специальной терминологии, профессиональной речи и жестикуляции в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы; - методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры, спорта, приемами агитационно-пропагандистской работой по вовлечению населения к занятиям спортивно-рекреационной направленности.
--	--	---

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)				
	1-й курс	2-й курс	3-й курс	4-й курс	5-й курс
Общая учебная нагрузка (всего)	72 (2,0 зач. ед)	126 (3,5 зач. ед)	126 (3,5 зач. ед)	108 (3,0 зач. ед)	108 (3,0 зач. ед)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	24	42	42	36	36
в том числе:					
Лекции	4	4	4	2	2
Семинарские занятия	-	-	-	-	-
Практические занятия	20	38	38	34	34
Лабораторные работы	-	-	-	-	-
Контрольные работы	-	-	-	-	-
Курсовая работа / курсовой проект	-	-	-	-	-

Другие формы организации учебного процесса (групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции и т.п.)	-	-	-	-	
Самостоятельная работа студента (всего часов)	48	57	57	45	45
Контроль	-	27	27	27	27
Форма аттестации	-	экзамен	экзамен	экзамен	экзамен

4.2. Содержание разделов дисциплины

1-й курс

Тема 1. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега.

- 1.1. Техника спортивной ходьбы.
- 1.2. Методика обучения технике спортивной ходьбы.
- 1.3 Техника бега на средние дистанции.
- 1.4. Методика обучения технике бега на средние дистанции.

Тема 2. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков.

- 2.1. Техника прыжка в длину способом «согнув ноги».
- 2.2. Методика обучения технике прыжка в длину способом «согнув ноги».
- 2.3. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание».
- 2.4. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание».

Тема 3. Методика обучения технике легкоатлетических метаний.

- 3.1 Техника толкания ядра.
- 3.2. Методика обучения технике толкания ядра.
- 3.3. Техника метания малого мяча.
- 3.4. Методика обучения технике метания малого мяча.
- 3.5. Техника кроссового бега.
- 3.3. Методика обучения технике кроссового бега.

2-й курс

Тема 1. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.

- 1.1 Техника бега на короткие дистанции.
- 1.2 Методика обучения технике бега на короткие дистанции.

Тема 2. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков.

- 2.1. Техника прыжка в длину способом «прогнувшись».
- 2.2. Методика обучения технике прыжка в длину способом «прогнувшись»
- 2.3. Техника прыжка в высоту способом «перекат».
- 2.4. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перекат».

2.5. Техника прыжка в высоту способом «перекидной».

2.6. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перекидной».

Тема 3. Методика обучения технике легкоатлетических метаний.

3.1. Техника толкания ядра.

3.2. Методика обучения технике толкания ядра.

3.3. Техника метания гранаты.

3.2. Методика обучения технике метания гранаты.

3-й курс

Тема 1. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков.

1.1 Техника прыжка в длину способом «ножницы»

1.2 Методика обучения технике прыжка в длину способом «ножницы»

1.3. Техника прыжка в высоту способом «фосбери-флоп».

1.4 Методика обучения технике прыжка в высоту способом «фосбери-флоп».

Тема 2. Методика обучения технике метания диска.

3.1 Техника метания диска.

3.2 Методика обучения технике метания диска.

Тема 3. Методика обучения технике метания копья.

4.1 Техника метания копья.

4.2 Методика обучения технике метания копья.

4-й курс

Тема 1. Проведение вводной части школьного урока.

1.1 Написание конспекта вводной части школьного урока.

1.2 Проведение вводной части школьного урока по легкой атлетике.

Тема 2 Методика обучения технике тройного прыжка и бега с препятствиями

2.1 Техника тройного прыжка с разбега.

2.2 Техника бега на 3000 м. с препятствиями.

Тема 3. Методика обучения технике метания диска.

3.1 Техника метания диска.

3.2 Методика обучения технике метания диска.

Тема 4. Методика обучения технике метания копья.

4.1 Техника метания копья.

4.2 Методика обучения технике метания копья.

Тема 5. Организация и проведения внеклассных занятий по легкой атлетике

5.1 Организация внеклассных занятий по легкой атлетике

5.2 Проведения внеклассных занятий по легкой атлетике

5-й курс

Тема 1. Методика развития физических качеств.

1.1 Методика развития силы.

1.2 Методика развития быстроты.

1.3 Методика развития ловкости.

1.4 Методика развития выносливости

1.5 Методика развития гибкости

Тема 2. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике

2.1 Организация соревнований по легкой атлетике

2.2 Проведение соревнований по легкой атлетике

Тема 3. Проведение школьного урока по легкой атлетике..

2.1 Написание конспекта школьного урока по легкой атлетике.

2.2 Проведение школьного урока по легкой атлетике.

Тема 4. Методика обучения легкоатлетическим многоборьям.

3.1 Методика обучения женскому семиборью.

3.2 Методика обучения мужскому десятиборью.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы (содержательный модуль)	Объем часов				
		1-й курс	2-й курс	3-й курс	4-й курс	5-й курс
1	Основы обучения легкой атлетики	2	-		-	-
2	Основы техники ходьбы и бега	2	-		-	-
3	Основы техники и методики обучения прыжкам	-	2		-	-
4	Основы техники и методики обучения метаниям	-	2	-	-	-
5	Проведение внеклассных занятий в секциях легкой атлетики в школе и отделениях легкой атлетики ДЮСШ	-	-	2		-
6	Организация и проведение соревнований по легкой атлетике	-	-	2	-	-
7	Методика проведения урока легкой атлетики в школе	-	-	-	2	-
8	Правила соревнований по легкой атлетике	-	-	-	-	2
Итого:		4	4	4	2	2

4.4. Практические занятия

№ п/п	Название темы (содержательный модуль)	Объем часов				
		1-й курс	2-й курс	3-й курс	4-й курс	5-й курс
1	Техника и методика обучения спортивной ходьбы	2	--	--	--	--
2	Техника и методика обучения бегу на средние и длинные дистанции	2	-	--	--	--
3	Техника и методика обучения прыжку в высоту способом «перешагивание»	2	--	--	--	--
4	Техника и методика обучения толканию ядра способом №1.	2	--	--	--	--

5	Техника и методика обучения бегу на короткие дистанции	4	-	--	--	--
6	Техника и методика обучения эстафетному бегу без перекладывания	4	--	--	--	--
7	Техника и методика обучения прыжку в длину способом «согнув ноги»	4	--	--	--	--
8	Техника и методика обучения метанию малого мяча	-	4	--	--	--
9	Техника и методика обучения прыжку в длину способом «прогнувшись»	--	6	--	--	--
10	Техника и методика обучения барьерному бегу	--	6	--	--	--
11	Техника и методика обучения толканию ядра способом №2.	--	6	--	--	--
12	Техника и методика обучения метанию гранаты	--	4	--	--	--
13	Техника и методика обучения прыжку в высоту способом «фосбери-флоп»	--	--	8	--	--
14	Техника и методика обучения прыжку в высоту способом «перекат»	--	6	--	--	--
15	Техника и методика обучения прыжку в высоту способом «перекидной»	--	6	--	--	--
16	Техника и методика обучения метанию диска способом №1	--	--	6	--	--
17	Техника и методика обучения бегу на 3000м с препятствиями	--	--	--	6	--
18	Техника и методика обучения тройному прыжку с разбега	--	--	--	6	--
19	Техника и методика обучения метанию диска способом №2	--	--	8	6	--
20	Техника и методика обучения метанию копья	--	--	8	6	--
21	Проведение вводной части урока	--	--	8	--	--
22	Проведение школьного урока	--	--	--	10	12
23	Организация и проведения внеклассных занятий по легкой атлетике	--	--	--	-	-6
24	Организация и проведение соревнований по легкой атлетике	--	--	--	--	6
25	Подготовка к сдаче и прием контрольных нормативов по многоборью	--	--	--	--	10
Итого:		20	38	38	34	34

4.5. Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

4.6. Самостоятельная работа студентов

1-й курс

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов
1	Техника и методика обучения спортивной ходьбе и беговым видам легкой атлетики.	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	16
2	Техника и методика обучения прыжкам в высоту и длину с разбега	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статьям, Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	16
3	Техника и методика обучения метанию малого мяча и гранаты.	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	16
Итого:			48

2-й курс

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов
1	Техника и методика обучения спортивной ходьбе и беговым видам легкой атлетики.	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	15
2	Техника и методика обучения прыжкам в высоту и длину с разбега	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статьям, Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	15
3	Техника и методика обучения толканию ядра и метанию гранаты	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	14
4	Организация и проведение	Изучение материала по	13

	соревнований по легкой атлетике.	учебным пособиям, спецлитературе, статьям Интернет-ресурсов. Просмотр соревнований по легкой атлетике. Участие в судействе соревнований по легкой атлетике.	
Итого:			57

3-й курс

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов
1	Техника и методика обучения метания диска способом №1	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	13
2	Техника и методика обучения метанию копья	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	14
3	Техника и методика обучения метания диска способом №1 и №2	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	15
4	Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям Интернет-ресурсов. Просмотр соревнований по легкой атлетике. Участие в судействе соревнований по легкой атлетике.	15
Итого:			57

4-й курс

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов
1	Техника и методика обучения метания диска	Изучение материала по учебным пособиям,	11

	способом №1 и №2	спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	
2	Техника и методика обучения тройного прыжка с разбега и бегу на 3000 м с/п	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статьям, Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	11
3	Техника и методика обучения тройному прыжку с разбега	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	11
4	Организация и проведение внеклассных занятий по легкой атлетике.	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям Интернет-ресурсов. Просмотр соревнований по легкой атлетике. Участие в судействе соревнований по легкой атлетике.	12
Итого:			45

5-й курс

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов
1	Методика проведение школьного урока по легкой атлетике	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературе, статьям. Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	8
2	Написание конспекта школьного урока	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статьям, Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	8
3	Характеристика и особенности легкоатлетического многоборья	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статьям, Интернет-ресурсов. Анализ видеоматериалов.	9
4	Организация и проведение соревнований по легкой	Изучение материала по учебным пособиям,	10

	атлетике.	спецлитературе, статьям Интернет-ресурсов. Просмотр соревнований по легкой атлетике. Участие в судействе соревнований по легкой атлетике.	
Итого:			45

4.7. Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии.

По теоретико-методическому разделу студенты усваивают знания о сущности легкой атлетики как учебной дисциплины с ярко выраженной профессионально педагогической направленностью и существенной частью специальной профилирующей подготовки специалиста по физической культуре.

В лекциях излагается наиболее важный в практическом отношении программный материал по теории и методике преподавания легкой атлетики, по использованию ее специфических средств и методов в целях направленного воздействия на функции организма, двигательные, психические и личностные свойства занимающихся. Особое внимание уделяется раскрытию потенциальных возможностей лёгкой атлетики в гармоничном воспитании детей, в подготовке к трудовой деятельности.

Целью практических занятий является выполнение заданий, которые не только позволяют закрепить знания, полученные студентами в теоретическом курсе, но и развивают двигательные способности будущего учителя, необходимые для успешного овладения упражнений по легкой атлетике различной сложности, бытовыми, профессиональными и прикладными двигательными умениями и навыками.

При проверке знаний студентов используют следующие виды контроля: текущий (в виде сдачи отдельных контрольных нормативов и выполнение тестовых заданий по теории) и итоговый (зачет, экзамен).

Самостоятельная работа студентов проводится вне академических занятий и предусматривает как работу с литературой, так и самостоятельные практические занятия.

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся необходимо использовать инновационные образовательные технологии при реализации различных видов аудиторной работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы должны быть направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

6. Формы контроля освоения дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы преподавателем по дисциплине в следующих формах:

- сдача контрольных нормативов;
- оценка техники выполнения изученных видов легкой атлетики;
- выполнение тестовых заданий по теории и методике обучения;
- выполнение тестовых заданий по организации и судейству соревнований.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме зачета, экзамена (включает в себя ответ на теоретические и практические вопросы, при условии сдачи контрольных нормативов).

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Легкая атлетика : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Жилкин А. И. ; В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. – 6-е изд., стер.. – М.: Академия.2009. – 464 с.
2. Легкая атлетика : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Жилкин А. И. ; В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 3-е изд., стер.. – М.: Академия, 2006. – 464 с.
3. Легкая атлетика : правила соревнований. 2006-2007 / под общ. ред. В. Зеличенка; пер. с англ. А. Гнетовой; Междунар. Ассоциация легкоатлет. федераций и др.. – М. : Олимпия-Пресс, 2006. – 174 с.
4. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Жилкин А. И. ; Кузьмин В.С., Сидорчук Е.В.. – М. : Издат. центр "Академия" 2003 – 464с.
5. Легкая атлетика. Теория и методика обучения: учебное пособие / Е.П. Крещук, С.В. Шинкарев; ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ». – Луганск : Книга, 2022. – 160 с
6. Теория и методика обучения: легкая атлетика учебное пособие / Е.П. Крещук, С.А. Будков, С.В. Шинкарев; ГОУ ВО ЛНР «Луганский государственный педагогический университет». – Луганск : Книта, 2020. – 164 с.

б) дополнительная литература:

1. Гагуа Е.Д. Тренировка спринтера. – М., 2001.
2. Зелинчук В.Б., Никитушкин В. Г. Критерии отбора в легкой атлетике. – М.,2000
3. Настольная книга тренера. Наука побеждать /Н.Г. Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2006. - 863с.
4. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. М.: Терра-спорт, 2000.
5. Правила соревнований по легкой атлетике /Всероссийская федерация легкой атлетики. - М., 2012.

в) Интернет-ресурсы:

1. Легкая атлетика - <http://znanium.com/bookread.php?book=357794>.
2. <http://www.rusathletics.com/> Легкая атлетика.

3. Использование Интернет-ресурсов и других электронных источников, Веб-ресурсы (Интернет-порталов, сайтов или страниц).

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для обеспечения данной дисциплины необходимы: лекционные аудитории, легкоатлетический манеж, стадион «Авангард».

Лекционные занятия: комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Практические занятия: легкоатлетический манеж, легкоатлетический инвентарь и оборудование.

Прочее: рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде, и т.п.

9. Лист дополнений и изменений

№ п/ п	Дата внесения изменения / дополнени я	Основан ие	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующи й кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)