



Факультет	Физической культуры	
Кафедра	Теории и методике физической культуры и спортивных дисциплин	
Направление подготовки	44.03.01 Педагогическое образование	
Направленность (профиль)	Физическая культура	
	Легкоатлетическое многоборье	Б1.В.ДВ.09.01

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»  
ФГБОУ ВО «ТГПУ им. Л.Н. Толстого»

УТВЕРЖДЕНА

на заседании Ученого совета университета  
протокол № 8 от 31 августа 2017 г.

## Рабочая программа дисциплины «Легкоатлетическое многоборье»

**Трудоемкость: 3 зачетные единицы**

**Квалификация выпускника: Бакалавр**

**Форма обучения: очная**

**Год начала подготовки: 2015**

Заведующий кафедрой

О.Б. Серёгина

Декан

А.Ю. Фролов

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .....	3
2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата .....	3
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий.....	4
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	5
6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.....	5
6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	5
6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	5
6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	5
6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций .....	7
Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций .....	7
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	7
7.1. Основная литература .....	7
7.2. Дополнительная литература.....	8
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины .....	8
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	9
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем .....	9
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	10
12. Аннотация рабочей программы дисциплины.....	12
1. Цели освоения дисциплины .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
13. Лист регистрации изменений к рабочей программе дисциплины.....	13

## 1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Достижение планируемых результатов обучения, соотнесенных с общими целями и задачами ОПОП, является целью освоения дисциплины (модуля).

Планируемые результаты освоения образовательной программы	Планируемые результаты обучения	Этапы формирования компетенции в процессе освоения образовательной программы
готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1)	<b>Выпускник знает:</b> состав и порядок многоборий в лёгкой атлетике; <b>Умеет:</b> организовывать соревнования по легкоатлетическому многоборью. <b>Владеет:</b> техникой выполнения видов из легкоатлетического многоборья.	в соответствии с учебным планом)
способность обучать организации различных видов физкультурно-спортивной деятельности и использовать их средств и форм в дополнительном образовании (ДПК-1)	<b>Выпускник умеет:</b> организовывать различные виды физкультурно-спортивной деятельности с использованием средств легкоатлетического многоборья	в соответствии с учебным планом

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП БАКАЛАВРИАТА

Дисциплина «Легкоатлетическое многоборье» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1 учебного плана направления подготовки.

К началу изучения дисциплины студенты должны *знать* историю возникновения и развития лёгкой атлетики; *уметь* работать со специальной литературой, *владеть* техникой выполнения отдельных легкоатлетических упражнений.

Дисциплина «Легкоатлетическое многоборье» является базовой для дисциплины «Лёгкая атлетика: тренерская деятельность».

Вид учебной работы	Объем зачетных единиц / часов по формам обучения
	очная
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>3/108</b>
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)</b>	
в том числе:	<b>22</b>
лекции	2
практические занятия	18
Контроль самостоятельной работы студента	2
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>86</b>
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа по подготовке к лекционным занятиям	37
внеаудиторная самостоятельная работа при подготовке к семинарским и/или практическим занятиям	37

Легкоатлетическое многоборье		Б1.В.ДВ.09.01			
подготовка к контрольной работе		6			
подготовка к зачету		6			
Промежуточная аттестация в форме		<b>зачета</b>			
<b>4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ</b>					
<b>Очная форма обучения</b>					
Наименование тем (разделов).		Количество академических или астрономических часов по видам учебных занятий			
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Другие виды учебных занятий	Самостоятельная работа обучающихся
Тема 1. История развития легкоатлетического многоборья		2			20
Тема 2. Беговые дисциплины в составе многоборий			4		20
Тема 3. Вертикальные прыжки в составе многоборий			4		20
Тема 4. Метания в составе многоборий			4		10
Тема 5. Горизонтальные прыжки дисциплины в составе многоборий			6		10
Контроль самостоятельной работы студентов				2	
Подготовка к зачету					6
<b>ИТОГО</b>		<b>2</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>86</b>
<p><b>Тема 1. История развития легкоатлетического многоборья</b> История развития легкоатлетического многоборья. Возникновение многоборья. Первые соревнования по легкоатлетическому многоборью.</p> <p><b>Тема 2. Беговые дисциплины в составе многоборий</b> Целостный и расчлененный способы обучения. Их использование при обучении технике бега. Обучение технике бега по прямой, по виражу, со старта, стартовому разбегу, финишированию, остановке после финиша. Положение головы, туловища. Дыхание при беге, его вариативность. Дыхательные упражнения для бегуна, обучение им. Особенности методики обучения в зависимости от возраста, пола, подготовленности занимающихся.</p> <p><b>Тема 3. Вертикальные прыжки в составе многоборий</b> Подготовка к разбегу, разбег, его длина, ритм, скорость. Подготовка к отталкиванию, ритм последних шагов, изменение угловых параметров и положение ОЦМ. Постановка ноги на планку, отталкивание. Движение прыгуна в полёте.</p> <p><b>Тема 4. Метания в составе многоборий</b> Обучение толканию ядра с места. Обучение разбегу (скачку). Соединение основных элементов техники в единое целое. Основные ошибки и способы их предупреждения. Обучение держанию диска, размахиванию, выпуску. Обучение броскам с места. Основные ошибки и способы их предупреждения при обучении технике метания диска с места.</p> <p><b>Тема 5. Горизонтальные прыжки дисциплины в составе многоборий</b> Подготовка к разбегу, разбег, его длина, ритм, скорость. Подготовка к отталкиванию, ритм последних шагов, изменение угловых параметров и положение ОЦМ. Постановка ноги на планку, отталкивание. Движение прыгуна в полёте. Способы прыжка в длину – «согнув ноги», «прогнувшись», «ножницы». Приземление, его варианты. Основные ошибки, способы их предупреждения и исправления.</p>					
Тула		Страница 4 из 14			

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Для успешной подготовки к практическим занятиям студенты могут использовать основную и дополнительную литературу по темам занятий. При подготовке к занятиям и выполнении самостоятельной работы студенту доступны следующие учебно-методические ресурсы:

1. Легкая атлетика [Текст]: учебно-методическое пособие для студентов / Рец. О. П. Панфилов; сост. В. Н. Давиденко. - Тула : ТГПУ им. Л. Н. Толстого, 2012. - 75 с. - ISBN 978-5-87954-700-9
2. Жилкин А.И., Кузьмин В.С., Сидорчук Е.В. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / — М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 464 с.

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

При изучении дисциплины «Легкоатлетическое многоборье» студенты овладевают профессиональной компетенцией: готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1); способность обучать организации различных видов физкультурно-спортивной деятельности и использовать их средств и форм в дополнительном образовании (ДПК-1).

Эти компетенции формируются на протяжении всего периода обучения многими спортивными дисциплинами. Изучение дисциплины «Легкоатлетическое многоборье» осуществляется на этапах формирования данных компетенций, соответствующих учебному плану.

### 6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Дескриптор компетенций	Показатели оценивания	Критерии оценивания
<i>Знания</i>	состав и порядок многоборий в лёгкой атлетике;	Оценка «зачтено» выставляется, если студент в целом за семестр набрал от 41 до 100 баллов (с учетом баллов, набранных на промежуточной аттестации (зачете)). Оценка «не зачтено» выставляется, если студент в целом за семестр набрал менее 41 балла (с учетом баллов, набранных в промежуточной аттестации (зачете)).
<i>Умения</i>	организовывать различные виды физкультурно-спортивной деятельности с использованием средств легкоатлетического многоборья организовывать соревнования по легкоатлетическому многоборью.	
<i>Навыки</i>	техникой выполнения видов из легкоатлетического многоборья.	

### 6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Банк Тестовые задания для самоконтроля.

**1. Как в Древней Греции назывался бег на один стадий?**

- а) Фитасис
- б) Дромос
- в) Стамнос

**2. Один стадий это...**

- а) 192 м 27 см
- б) 195 м 43 см
- в) 197 м 23 см

**3. Бег на два стадия назывался ...**

- а) Биалулос
- б) Тиалуос
- в) Диаулос

**4. Эстафетный бег с факелами в Древней Греции назывался...**

- а) Фарадериомас
- б) Лампадериомас
- в) Люстрадериомас

**5. Каменная плита для упора ног на старте для бегунов называлась...**

- а) Балбис
- б) Дурос
- в) Диотос

**6. При прыжках в длину древние греки держали в руках...**

- а) кабачки
- б) гантели
- в) камни

**7. Соревнования в каком городе положили начало современной лёгкой атлетике?**

- а) в Белфасте
- б) в Йоркшире
- в) в Регби

**8. Первые официальные соревнования проводились в беге на ...**

- а) 1 милю
- б) 2 мили
- в) 3 мили

**9. В каком году была образована международная любительская легкоатлетическая федерация (ИААФ)?**

- а) в 1912
- б) в 1925
- в) в 1932

**10. Российские легкоатлеты впервые приняли участие в Олимпийских играх в ...**

- а) в 1908 году в Лондоне
- б) в 1912 году в Стокгольме
- в) в 1952 году в Хельсинки

**В О П Р О С Ы****к зачету по дисциплине «Легкоатлетическое многоборье»**

1. Классификация легкоатлетических упражнений.
2. Виды легкой атлетики в программе Олимпийских игр.
3. История возникновения и развития легкой атлетики в мире и России.
4. Техника легкоатлетических упражнений. Ее основа и детали.
5. Эволюция техники легкоатлетических упражнений и факторы на нее влияющие.
6. Техника бега на короткие дистанции: анализ техники, методика обучения.
7. Техника бега на средние дистанции: анализ техники, сходство и различие техники бега на различных дистанциях, методика обучения.

8. Техника бега на длинные дистанции: анализ техники, методика обучения.  
 9. Анализ и методика обучения техники метания малого мяча, гранаты, копья.  
 10. Основы техники прыжков и их эволюция, сходства и отличия в различных видах.

#### **6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

**Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций**  
**Балльно-рейтинговая система оценки знаний по дисциплине**  
**«Легкоатлетическое многоборье»**

#### **Критерии и шкала оценки по дисциплине «Легкоатлетическое многоборье»**

Максимальное количество баллов, набранное студентом на дисциплине - **100 баллов**.

#### **1. Сдача контрольных нормативов – максимум 50 баллов (по 25 баллов за каждый норматив)**

Бег 1500 метров (юноши) – 5,00 минут – 25 баллов; 5,30 – 20 баллов; 6,00 -10 баллов.

Бег 800 метров (девушки) - 3,00 минуты – 25 баллов; 3,30 – 20 баллов; 4,00 -10 баллов.

Толкание ядра

(Юноши)- 8,00 метров – 25 баллов; 7,50 – 20 баллов; 7,00 -10 баллов.

(Девушки) - 7,00 метров – 25 баллов; 6,50 – 20 баллов; 6,00 -10 баллов.

#### **2. Ответ на вопросы теста - от 0 до 40 баллов**

Правильных ответов - 10 – 40 баллов

Правильных ответов – 7-8 – 30 баллов

Правильных ответов – 5-6 – 25 баллов

Правильных ответов – 3-4 – 15 баллов

Правильных ответов – 2-3 – 10 баллов

Правильных ответов – 1 – 5 балл

#### **3. Ответ на вопрос зачета**

На зачете студент должен дать ответ на один вопрос, который оценивается из 10 баллов.

Характеристика ответа	Балл
Дает полный и развернутый ответ на вопрос. Правильно использует теоретические знания и приводит примеры из практики.	10 баллов
Дает краткий ответ. Теоретические знания использует верно, примеры из практики приводит неверные. Отвечает на дополнительные вопросы	5 баллов
Дает ошибочные ответы. Теоретические знания использует верно, примеры из практики приводит неверные На дополнительные вопросы дает неправильные ответы или не отвечает.	1 балл

### **7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **7.1. Основная литература**

1. Легкая атлетика [Текст]: учебно-методическое пособие для студентов / Рец. О. П. Панфилов; сост. В. Н. Давиденко. - Тула : ТГПУ им. Л. Н. Толстого, 2012. - 75 с. - ISBN 978-5-87954-700-9

## 7.2. Дополнительная литература

1. Жилкин А.И., Кузьмин В.С., Сидорчук Е.В. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / — М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 464 с.

## 8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

– Электронно-библиотечная система «*Университетская библиотека онлайн*»– база данных электронных версий учебников, учебных пособий, научных изданий, словарей, энциклопедий, интерактивных тестов по перечню направлений подготовки высшего образования. Правообладатель: ООО «Некс-Медиа». Неограниченный доступ. <http://biblioclub.ru>.

– Электронно-библиотечная система «*Лань*» - электронные учебные, научные издания, справочники по инженерно-техническим наукам, химии, информатике, физике, психологии и педагогике, нанотехнологии, ветеринарии и сельскому хозяйству, лесному хозяйству и лесоинженерному делу. Бесплатный доступ к следующим коллекциям издательства «Лань»: география, искусствоведение, право и юридические науки, социально-гуманитарные науки, языкознание и литературоведение, художественная литература, экономика, менеджмент, музыка и театр. Правообладатель: ООО «Издательство Лань» Неограниченный доступ. <http://e.lanbook.com/>

– Электронно-библиотечная система «*Национальный цифровой ресурс «Рукопт»*»– учебники, учебная и научная литература по различным отраслям знаний. На ресурсе представлена коллекция трудов преподавателей ТГПУ им. Л. Н. Толстого. Правообладатель: ОАО «Центральный коллектор библиотек «БИБКОМ». Неограниченный доступ. [http:// www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

– Электронно-библиотечная система ЭБС «*ЮРАЙТ*»– более 4000 наименований учебников и учебных пособий от авторов из ведущих вузов России по экономическим, юридическим, гуманитарным, инженерно-техническим и естественно-научным направлениям и специальностям. Правообладатель: ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». Неограниченный доступ. [http:// www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)

### Доступ к электронным журналам:

– Универсальные справочно-информационные полнотекстовые базы данных на платформе «*Ист Вью*»–электронные версии журналов по общественным и гуманитарным наукам, журналы по педагогике и по естественным направлениям. Правообладатель: ООО «ИВИС». Неограниченный доступ. <http://www.ebiblioteka.ru>

– Электронно-библиотечная система «*Лань*» - постоянный и бесплатный доступ к 500 научным журналам, издаваемым высшими учебными заведениями России. Правообладатель: ООО «Издательство Лань». Неограниченный доступ. <http://e.lanbook.com/journal/>

– Научная электронная библиотека «*eLIBRARY.RU*»–доступ к 3347 российским журналам. Правообладатель: ООО «РУНЕБ». Неограниченный доступ. <http://www.elibrary.ru>

– Научная электронная библиотека «*КИБЕРЛЕНИНКА*»– научная электронная библиотека периодики, построенная на парадигме открытой науки (Open Science). <http://cyberleninka.ru>

### – Электронные ресурсы издательства Springer –

• зарубежные научные журналы Springer Journals ( 1832-2011 гг) и книги (Books) (1902-2010 гг.); Неограниченный доступ. <http://www.springer.com>.

• полнотекстовая коллекция электронных журналов по различным отраслям знаний Springer Journales, <http://npg.com>.

– Полнотекстовый [архив](#) ведущих западных научных журналов на российской платформе НЭИКОН.

Журналы издательства [Annual Reviews](#)

Журналы издательства [Cambridge University Press](#)

Журналы издательства [Oxford University Press](#)

Журналы издательства [The Institute of Physics](#)

Цифровой архив журналов издательства [Royal Society of Chemistry](#)

Цифровой архив журнала [Nature](#) (1869 - 2011 гг)



Цифровой архив журнала Science (1880 - 1996 гг)  
Журналы издательства SAGE Publications  
Цифровой архив журналов издательства Taylor&Francis  
Цифровой архив журналов издательства Wiley  
Неограниченный доступ к 2 361 научному журналу. <http://archive.neicon.ru>

## 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Легкоатлетическое многоборье» направлена на формирование профессиональных навыков и умений, необходимых будущим учителям, тренерам, преподавателям для успешного решения основных задач физического воспитания в различного рода образовательных учреждениях. В результате изучения дисциплины, должна быть выработана способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности.

*Методические рекомендации по работе над лекционным материалом.* В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия: вести конспектирование учебного материала, обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению; задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

*Методические рекомендации к практическим занятиям.* Тематика и содержание практических занятий связаны с изучением тем и вопросов курса, по которым были прочитаны лекции, а также с проработкой вопросов, которые были вынесены для самостоятельного изучения. При подготовке к практическим занятиям необходимо уяснить его тему, ознакомиться с основными вопросами, которые будут рассмотрены на занятии, и, используя материалы лекций, рекомендуемую учебную литературу, осмыслить свой ответ на каждый вопрос. Желательно при этом делать небольшие выписки, составлять тезисы ответа, дополняя и расширяя тот материал, который был изложен преподавателем на лекции. После этого необходимо обратиться к заданиям для самостоятельной работы, при выполнении которых следует руководствоваться теми рекомендациями, которые даны по каждому из этих заданий. Систематическая подготовка студентов к практическим занятиям, вдумчивое, активное участие во всех видах работы, предложенных преподавателем на занятии, обеспечат не только глубокое усвоение знаний, но и помогут формированию умений самостоятельного их приобретения.

При подготовке к практическим занятиям, обучающимся необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. В ходе подготовки к практическим занятиям необходимо освоить основные понятия, ответить на контрольные вопросы. В течение занятия студенту необходимо выполнить задания, выданные преподавателем, что зачитывается как текущая работа студента.

Содержание теоретических заданий направлено на более прочное и осмысленное усвоение теоретического материала изучаемого курса. В основе практических заданий лежат ведущие теоретические положения конкретной темы. Выполнение этих заданий предполагает не просто знание теории, а требует актуализации таких знаний, опираясь на которые можно осуществлять выбор наиболее целесообразных практических действий. Это задания творческо-репродуктивного и творческого характера.

## 10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются информаци-

онные технологии, охватывающие ресурсы (компьютеры, программное обеспечение и сети), необходимые для управления информацией (создание, хранение, управление, передача и поиск информации):

- технические средства: компьютерная техника и средства связи (ноутбук, проектор, экран, USB-накопители и т.п.);
- коммуникационные средства (проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты, личного кабинета студента и преподавателя, видеотрансляций);
- организационно-методическое обеспечение (электронные учебные и учебно-методические материалы, компьютерное тестирование, использование электронных мультимедийных презентаций при проведении лекционных и практических занятий);
- программное обеспечение (Microsoft Office (Excel, Power Point, Word и т.д.), Skype, поисковые системы, электронная почта и т.п.);
- среда электронного обучения ТГПУ им. Л.Н. Толстого <http://moodle.tsput.ru>.

Дисциплина обеспечена комплектом лицензионного программного обеспечения:

1. Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian – Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
2. Программное обеспечение Microsoft Office XP Professional Win32 Russian– Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
3. Программное обеспечение Microsoft Office Enterprise 2007 Russian - Лицензия №46138962 от 16.11.2009 г.
4. Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian – Лицензия №48497058 от 13.05.2011 г.
5. Программа для распознавания текста ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition лицензионный сертификат - код позиции AF90-3U1V25-102, ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition Volume License Concurrent от 28 июля 2009 г.
6. Электронный словарь ABBYY Lingvo X3 Европейская версия - Код позиции AL14-2U1V05-102, ABBYY Lingvo x3 Европейская версия. Именная лицензия Concurrent от 28 июля 2009 г.
7. Комплексная Система Антивирусной Защиты Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 2 year Educational Renewal License – Лицензия № 1894-150512-101810 от 12-05-2015 г.

У обучающихся имеется доступ (удаленный доступ), в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых ежегодно обновляется:

1. Компьютерная информационно-правовая система «Гарант» - регистрационный номер клиента 71-70685-000033.
2. Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru>.
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.
4. Портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>.

## 11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Дисциплина обеспечена аудиториями для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещениями для самостоятельной работы. Аудитории укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Практические занятия проводятся на спортивной площадке (за учебным корпусом № 4) и имеют беговую дорожку, яму для прыжков в длину и сектор для метаний.

Практические занятия оснащены ядрами 7260 г, ядрами 5 кг, ядра 4 кг, - Диски- 10 шт, барьеры – 5 штук

Аудитории для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ТГПУ им. Л.Н. Толстого, внутривузовское сетевое окружение.

## 12. АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.

### 1. Планируемые результаты обучения по дисциплине.

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции: готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1) и способность обучать организации различных видов физкультурно-спортивной деятельности и использовать средства и формы в дополнительном образовании (ДПК-1).

В результате освоения дисциплины студент должен:

**знать:** состав и порядок многоборий в лёгкой атлетике;

**уметь:** организовывать различные виды физкультурно-спортивной деятельности с использованием средств легкоатлетического многоборья, организовывать соревнования по легкоатлетическому многоборью.

**владеть:** техникой выполнения всех видов из легкоатлетического многоборья.

### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Легкоатлетическое многоборье» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1 учебного плана направления подготовки.

К началу изучения дисциплины студенты должны *знать* историю возникновения и развития лёгкой атлетики; *уметь* работать со специальной литературой, *владеть* техникой выполнения отдельных легкоатлетических упражнений.

Дисциплина «Легкоатлетическое многоборье» является базовой для дисциплины «Лёгкая атлетика: тренерская деятельность».

3. Объем дисциплины 3 зачетные единицы.

4. Образовательный процесс осуществляется на русском языке.

5. Разработчик: к.п.н., доцент кафедры ТМФКиСД Давиденко В.Н.

**13. ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ****2016-2017 учебный год**

В рабочую программу внесены изменения в части обновления состава лицензионного программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационно-справочных систем, к которым должен быть обеспечен доступ обучающимся.

Решение Ученого совета университета, протокол № 2 от 16 февраля 2017 года.

**2017-2018 учебный год****Обновлен состав необходимого комплекта лицензионного программного обеспечения.**

1. Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian – Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.

2. Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian – Лицензия №48497058 от 13.05.2011 г., договор № Пр/16/6 от 05 апреля 2016 года.

3. Операционная система Microsoft Windows 10 Professional Russian - контракт № ПР/ФЕН/15/18 от 23.10.2015 г., договор № Пр/16/6 от 05 апреля 2016 года.

4. Программное обеспечение Microsoft Office Enterprise 2007 Russian - Лицензия №46138962 от 16.11.2009 г.

5. Программное обеспечение Microsoft Office 2013 Professional - контракт № 405535 от 2 ноября 2015 года, контракт № ПР/ФЕН/15/18 от 23.10.2015 г.

6. Программа для распознавания текста ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition лицензионный сертификат - код позиции AF90-3U1V25-102, ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition Volume License Concurrent от 28 июля 2009 г.

7. Электронный словарь ABBYY Lingvo X3 Европейская версия - Код позиции AL14-2U1V05-102, ABBYY Lingvo x3 Европейская версия. Именная лицензия Concurrent от 28 июля 2009 г.

8. Комплексная Система Антивирусной Защиты Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 2 year Educational Renewal License – Лицензия № 17E0-170518-102844-823-690 от 18-05-2017 г.

**Обновлен состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, к которым обеспечен доступ обучающимся.**

1. Компьютерная информационно-правовая система «Гарант» - регистрационный номер клиента 71-70685-000033.

2. Официальный интернет-портал базы данных правовой информации <http://pravo.gov.ru>.

3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.

4. Портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>.

5. Web of Science Core Collection – политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая (библиометрическая) база данных <http://webofscience.com>.

6. Полнотекстовый архив ведущих западных научных журналов на российской платформе Национального электронно-информационного консорциума (НЭИКОН) <http://neicon.ru>.

7. Базы данных издательства Springer <https://link.springer.com>.

Изменения к рабочей программе дисциплины утверждены на заседании Ученого совета университета, протокол № 8 от 31 августа 2017 г.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Разработчик(и):

<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Учёная степень</b>	<b>Учёное звание</b>	<b>Должность</b>
Давиденко Владимир Николаевич	к.п.н.	доцент	доцент каф. ТМФКиСД