

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ:
Первый проректор
/Т.Р. Змызгова/
«30» сентября 2021 г.



Рабочая программа учебной дисциплины

Лёгкая атлетика и методика преподавания

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата

49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль):
Спортивная тренировка

Формы обучения: заочная

Курган 2021

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Лёгкая атлетика и методика преподавания

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата

49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль):

Спортивная тренировка

Трудоемкость дисциплины: 8 ЗЕ (288 академических часа)

Семестр: 1 (заочная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации: **экзамен**

Содержание дисциплины

Общие и специальные упражнения. «Спортивная техника». Показатели качества техники спортивных упражнений. Основы методики обучения техники спортивной ходьбы и бега. Основы методики обучения техники прыжка и метания. Общие и специальные упражнения для развития физических качеств. Методика обучение легкоатлетическим видам: бег на короткие дистанции до 200 м, эстафетный бег, барьерный бег на 100 м, 110. Методика обучение легкоатлетическим видам: прыжки в высоту с разбега, прыжки в длину с разбега. Методика обучение легкоатлетическим видам: толкание ядра, метания диска, метания копья. Правила соревнований. Методы научных исследований