

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

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор
/ Н.В. Дубин /
«*Н.В. Дубин*» 2020 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: очная, очно-заочная, заочная

Курган 2020

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 з.е. (288 академических часа).

Семестр: 2 (очная, очно-заочная формы обучения), 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