

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КЕРЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МОРСКОЙ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «КГМТУ»)
Технологический факультет
Кафедра экономики и гуманитарных дисциплин**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Элективный модуль по физической культуре и спорту
Легкая атлетика**

Уровень основной профессиональной образовательной программы – бакалавриат
Направление подготовки – 38.03.01 Экономика
Направленность (профиль) – Экономика предприятий и организаций
Учебный план 2021 года разработки.

Описание учебной дисциплины по формам обучения

| Очная | | | | | | | | | | | | | Очно-заочная | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|---|-----|---------|----|---|---------------------------|----|----|------------------------|---|---|---------------|--------------|-------|-----------------------------|--|--|-----------------------------|--|--|-----------------|--|--|-------------------------------|--|--|----------------|--|--|------------|--|--|---------------------|--|--|-----------------------------------|--|--|
| Курс | | | Семестр | | | Всего часов / зач. единиц | | | Всего аудиторных часов | | | Лекции, часов | | | Лабораторные занятия, часов | | | Практические занятия, часов | | | Семинары, часов | | | Самостоятельная работа, часов | | | КП (КР), часов | | | РГР, часов | | | Консультации, часов | | | Семестровый контроль, часов (вид) | | |
| 1 | 1 | 108 | 18 | 2 | - | 16 | - | 86 | - | - | - | 4 (зач.) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 108 | 18 | - | - | 18 | - | 86 | - | - | - | 4 (зач.) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 3 | 112 | 18 | - | - | 18 | - | 90 | - | - | - | 4 (зач.) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Всего | | | 328 | 54 | 2 | - | 52 | | 262 | - | - | - | 12(зач.) | Всего | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Рабочая программа составлена на основании ФГОС ВО – бакалавриата по направлению подготовки 38.03.01 Экономика.

Программу разработала Е.С. Мартыненко, старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «КГМТУ»

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «КГМТУ»

Протокол № 8 от 12.04.2023 г.

Рабочая программа рассмотрена на заседании выпускающей кафедры экономики и гуманитарных дисциплин ФГБОУ ВО «КГМТУ»

Протокол № 8 от 27.04.2023 г.

1 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине

| Код наименования универсальной компетенции | Индикаторы достижения компетенции | Планируемые результаты освоения дисциплины | Указание раздела(-ов) дисциплины, где предусмотрено освоение компетенции |
|---|--|--|--|
| УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде | УК-3.1. Умеет организовать команду для достижения поставленной цели. | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные принципы и особенности поведения групп людей, с которыми взаимодействует в процессе физической подготовки. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять планирование личных и командных действий; - организовывать рациональное распределение ролей в командных видах спорта; - предвидеть результаты личных и командных действий. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации командных действий в процессе физической подготовки; - методами организации спортивных команд для самостоятельных занятий физической культурой и спортом. | Тема 1-8 |
| | УК-3.2. Определяет стратегию сотрудничества для достижения поставленной цели, применяя убеждение, принуждение, стимулирование. | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные методы и средства командного взаимодействия, а также способы стимулирования и побуждения к достижению поставленной цели. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять принципы эффективного взаимодействия в процессе командных действий; - применять методы и средства стимулирования повышения уровня физической подготовленности и работоспособности. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - практическими навыками командного взаимодействия и стимулирования достижения поставленной цели. | Тема 1-8 |
| | УК-3.3. Взаимодействует с другими членами команды для достижения поставленной задачи. | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные принципы и особенности взаимодействия различных членов команды в процессе физической подготовки и спортивных соревнований. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять планирование взаимодействия членов команды для достижения поставленной задачи; - перераспределять роли членов команды в меняющихся условиях при постановке новых задач. <p>Владеть:</p> | Тема 1-8 |

| | | | |
|--|---|---|----------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - навыками совершенствования личных и командных действий для достижения поставленной задачи; - практическими навыками взаимодействия членов команды для успешной организации самостоятельных занятий по физической культуре и спорту. | |
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний. | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные принципы, средства и методы обеспечения физической подготовленности студентов; - компоненты физической культуры, их формы и методы в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять планирование рабочего времени и досуга с учетом особенностей социальной и профессиональной деятельности; - организовывать рациональное пространство для полноценного физического и интеллектуального труда; - самостоятельно применять разнообразные средства и методы физической культуры для поддержания физической подготовленности; - повышать уровень физической подготовленности и работоспособности. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками совершенствования основных физических качеств человек; - гигиеническими навыками поддержания физической и умственной работоспособности; - методами организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом; - объективными и субъективными методами самоконтроля при проведении самостоятельных занятий. | Тема 1-8 |
| | УК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры. | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущность здоровьесберегающих технологий, их формы и методы; - ключевые принципы здорового образа жизни человека; - основные закономерности физиологических процессов в организме человека; - специфику развития и совершенствования приоритетных в данной профессии психофизических качеств. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять профессиональную деятельность в рамках принципов | Тема 1-8 |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>здорового образа жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять контроль за основными параметрами физиологических систем организма в зависимости от внутренних и внешних условий реализации профессиональной деятельности; - анализировать и применять наиболее результативные средства и методы физической культуры и спорта для поддержания здоровья. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками самоконтроля за физическим развитием человека; - навыками самостоятельной организации и осуществления здоровьесберегающих технологий; - навыками пропаганды здорового образа жизни и физической активности. | |
|--|--|--|--|

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений.

При изучении дисциплины дополняются и углубляются знания, умения и навыки, полученные в результате освоения дисциплины «Физическая культура».

Результаты освоения дисциплины используются в дальнейшей профессиональной деятельности: в направлении физического самосовершенствования студентов, профилактики спортивного и производственного травматизма, а также для поддержания физической работоспособности и совершенствования легкоатлетических спортивных умений и навыков.

3 Объем дисциплины в зачетных единицах

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

[illegible]

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------|-----------|----------|---|-----------|------------|---|---|---|-----------|---|--|--|--|--|--|--|--|
| Тема 4. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. | 14 | 2 | | | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | |
| Тема 5. Совершенствование техники кроссового бега. | 14 | 2 | | | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | |
| Тема 6. Совершенствование техники прыжка в длину с места: отталкивание, полёт, приземление. | 14 | 2 | | | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | |
| Тема 7. Совершенствование техники метания. | 14 | 2 | | | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | |
| Тема 8. Самоконтроль во время легкоатлетических тренировок | 16 | 4 | | | 4 | 12 | | | | | | | | | | | | |
| Курсовой проект (работа) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Консультации | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Контроль | 4 | | | | | | | | | | 4 | | | | | | | |
| Всего часов в семестре | 112 | 18 | - | - | 18 | 90 | - | - | - | 4 | | | | | | | | |
| Всего часов по дисциплине | 328 | 54 | 2 | - | 52 | 262 | - | - | - | 12 | | | | | | | | |

4.2 Содержание лекций

| № | Наименование темы | Количество часов по формам обучения | |
|--|--|-------------------------------------|--------------|
| | | очная | очно-заочная |
| | | 1 семестр | |
| Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по легкой атлетике. Совершенствование техники дозированной и спортивной ходьбы | | | |
| 1 | Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по легкой атлетике. Совершенствование техники дозированной и спортивной ходьбы | 1 | |
| Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и длинные дистанции | | | |
| 2 | Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и длинные дистанции. | 1 | |
| Всего часов в семестре | | 2 | |

4.3 Темы лабораторных занятий

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

4.4 Темы практических занятий

| № | Наименование темы | Количество часов по формам обучения | |
|--|--|-------------------------------------|--------------|
| | | очная | очно-заочная |
| Семестр 1 | | | |
| Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по легкой атлетике. Совершенствование техники дозированной и спортивной ходьбы | | | |
| 1 | Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по легкой атлетике. Совершенствование техники дозированной и спортивной ходьбы | 2 | |

[illegible]

| | | |
|--------------------|-----------|--|
| Всего часов | 52 | |
|--------------------|-----------|--|

4.5 Темы семинарских занятий

Семинарские занятия не предусмотрены учебным планом.

5 Самостоятельная работа обучающихся

| Наименование темы | Трудоемкость самостоятельной работы, час. | | Содержание работы |
|---|---|--------------|---|
| | очная | очно-заочная | |
| Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях по легкой атлетике. Совершенствование техники дозированной и спортивной ходьбы. | 14 | | Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям |
| Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. | 36 | | Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям |
| Тема 3. Совершенствование техники бега на средние дистанции. | 36 | | Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям |
| Тема 4. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. | 36 | | Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям |
| Тема 5. Совершенствование техники кроссового бега. | 36 | | Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям |
| Тема 6. Совершенствование техники прыжка в длину с места: отталкивание, полёт, приземление. | 36 | | Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям |
| Тема 7. Совершенствование техники метания. | 36 | | Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям |
| Тема 8. Самоконтроль во время легкоатлетических тренировок | 32 | | Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям |
| Всего часов | 262 | | |

6 Тематика курсового проектирования (курсовой работы)

Курсовое проектирование не предусмотрено учебным планом.

7 Методы обучения

Основными формами изучения дисциплины являются: чтение лекций, проведение практических занятий, самостоятельная работа студентов.

Основным методом изучения дисциплины являются лекции, которые проводятся в лекционных аудиториях с использованием наглядных пособий и интерактивных средств. На лекциях используется мультимедийное презентационное оборудование для демонстрации иллюстративного материала, таблиц и схем, основных тезисов и выводов по теме. По каждой теме составляется список терминов и понятий и перечень контрольных вопросов, которые выносятся на самостоятельное изучение студентов. В ходе лекций проводится экспресс-тестирование студентов по материалам раздела.

Работа на лекциях не должна ограничиваться пассивной записью лекционного материала. На лекциях рассматриваются основополагающие легкоатлетические понятия; принципы развития и совершенствования легкоатлетических умений и навыков; профилактика спортивного травматизма; особенности оценки физической подготовленности по легкой атлетике; возможности физического самосовершенствования студентов в различных направлениях легкой атлетики.

Практические занятия проводятся в форме решения задач физического развития и спортивного совершенствования и направлены на практическое закрепление теоретического материала.

Практические занятия по легкой атлетике организованы в групповой форме, позволяющей студентам развить навыки самостоятельной тренировки, получить опыт физического самосовершенствования, применить полученные теоретические знания при решении практических задач формирования и совершенствования спортивных умений и навыков; повышения физической подготовленности и спортивного мастерства. Занятия могут проходить в разных формах, обязательной для обучающихся является также самостоятельная работа.

В ходе практических занятий студент должен овладеть методиками применения легкоатлетических беговых, прыжковых и других специальных и общеразвивающих упражнений, а также методиками организации самостоятельной легкоатлетической тренировки, самооценки физической подготовленности и физической работоспособности.

8 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Приведен в обязательном приложении к рабочей программе.

9 Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

| Наименование | Количество экземпляров в библиотеке ФГБОУ ВО «КГМТУ» |
|--|--|
| 1. Букша, С. Б. Физическая культура : курс лекций для студентов технолог. факультета очной и заочной формы обучения / С. Б. Букша ; ФГБОУ ВО "КГМТУ". Кафедра физического воспитания и спорта. - Керчь : ФГБОУ ВО "КГМТУ", 2016. - 80 с. // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=4247 | |
| 2. Букша С.Б. Физическая культура : практикум по самооценке физического развития и функциональной подготовленности студентов (курсантов) всех специальностей и направлений подгот. морского и технологического факультетов заоч. формы обучения / сост. С.Б. Букша ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2018. — 27 с. //Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=4117 | |
| 3. Мартыненко Е.С. Физическая культура : практикум по развитию скоростно-силовых качеств для самостоят. работы студентов (курсантов) всех специальностей (направлений подгот.) для оч. (заоч.) формы обучения / Мартыненко Е.С. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2015. — 32 с. //Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=399 | |
| 4. Мартыненко Е.С. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по легкой атлетике» для студентов (курсантов) всех специальности (направления подгот.): оч. (заоч.) форм обучения / Мартыненко Е.С. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 53 с. //Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=419 | |
| 5. Платонова Н.О. Физическая культура. Физическая культура : практикум по развитию выносливости для самостоят. работы студентов (курсантов) всех специальностей (направлений подгот.) для оч. (заоч.) формы обучения / Платонова Н.О. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2015. — 44 с. //Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=399 | |

10 Состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

| Наименование информационного ресурса | Ссылка на информационный ресурс |
|---|---|
| Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ» | http://lib.kgmtu.ru/ |

| | |
|---|---|
| Образовательная платформа «Юрайт» | https://urait.ru/ |
| Государственная система правовой информации - официальный интернет-портал правовой информации | http://pravo.gov.ru/ |
| Справочная правовая система «Консультант Плюс» | http://www.consultant.ru/ |
| RSCI платформа WebofScience - база данных лучших российских журналов | http://www.technosphere.ru/news/ |
| Информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам» | http://window.edu.ru/ |
| База данных Научной электронной библиотеки | http://elibrary.ru/ |
| Официальный сайт студенческого спортивного союза России | http://www.studsport.ru/ |
| О физической культуре и спорте в Российской Федерации | http://docs.cntd.ru/document/902075039 |
| Физическая культура и спорт | http://www.minsport.gov.ru/ |
| Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» | http://www.infosport.ru/ |
| Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту | http://lib/sportedu.ru/press/ |

11 Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

| Наименование программного продукта | Назначение (базы и банки данных, тестирующие программы, практикум, деловые игры и т.д.) | Тип продукта (полная лицензионная версия, учебная версия, демоверсия и т.п.) |
|---|---|--|
| Операционная система (Microsoft Windows 10 Pro или Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level) | Комплекс системных и управляющих программ | Лицензионное программное обеспечение |
| Офисный пакет (Microsoft Office Pro Plus 2016 или Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN 1 License No Level) | Текстовый редактор, табличный редактор, редактор презентаций | Лицензионное программное обеспечение |
| Офисный пакет LibreOffice | Текстовый редактор, табличный редактор, редактор презентаций | Свободно-распространяемое программное обеспечение |

12 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Специализированная аудитория – спортзал, корпус 1, оснащенная спортивным оборудованием и инвентарем: гантели 1,5 кг – 24 шт., гимнастическая палка – 15 шт., каримат – 11 шт., мяч гимнастический – 3 шт., обруч – 10 шт., тренажёр для ног – 2 шт., маты гимнастические – 8 шт., мегафон – 3 шт., свисток – 8 шт., секундомер – 4 шт., коврик для фитнеса – 20 шт., мяч (медбол) 4 кг – 4 шт., мяч (медбол) 5 кг – 2 шт., мяч (медбол) 3 кг – 4 шт., гантели наборные 50 кг – 3 пары (6 шт.), скакалка – 11 шт., насос для мячей – 7 шт., мяч для наст. тенниса – 50 шт., мяч футбольный – 8 шт., ракетка настольного тенниса – 20 шт., форма спортивная белая – 15 шт., полусфера с эспандерами – 6 шт., лестница координационная – 2 шт., степ-платформа трехуровневая – 10 шт., диск балансировочный – 10 шт., фишки для разметки поля 40 шт. – 1 набор., спирометр сухой портативный – 3 шт.; стол теннисный – 1 шт.; сетка для настольного тенниса – 2 шт., гантели виниловые 5 кг – 14 шт., турник настенный – 2 шт., брусья гимнастические – 2 шт., гимнастическая скамейка – 4 шт., шахматы турнирные – 2 шт., пульсометр электронный – 2 шт.

| | |
|--------------------------------|---|
| Содержание практической работы | Оборудование, используемое в работе |
| Тема 1. Основы безопасности | Сантиметровая лента, весы, динамометр (силомер кистевой), спирометр |

| | |
|---|--|
| жизнедеятельности на занятиях по легкой атлетике. Совершенствование техники дозированной и спортивной ходьбы. | сухой, журнал регистрации инструктажей по охране труда обучающихся, пульсометр, секундомер. |
| Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. | Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, фишки для разметки поля, эстафетные палочки, пульсометр, аптечка |
| Тема 3. Совершенствование техники бега на средние дистанции. | Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, фишки для разметки поля, эстафетные палочки, пульсометр, аптечка |
| Тема 4. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. | Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, фишки для разметки поля, эстафетные палочки, пульсометр, аптечка |
| Тема 5. Совершенствование техники кроссового бега. | Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, фишки для разметки поля, эстафетные палочки, пульсометр, аптечка |
| Тема 6. Совершенствование техники прыжка в длину с места: отталкивание, полёт, приземление. | Сантиметровая лента, свисток, секундомер, скакалки, фишки для разметки поля, маты, аптечка |
| Тема 7. Совершенствование техники метания. | Сантиметровая лента, мегафон, свисток, секундомер, скакалки, фишки для разметки поля, гранаты, аптечка |
| Тема 8. Самоконтроль во время легкоатлетических тренировок | Секундомер, скакалки, фишки для разметки поля, эстафетные палочки, пульсометр, аптечка |

13 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Цель самостоятельной работы студентов – формирование навыков самовоспитания и совершенствования; осмысленная работа с учебным материалом и научной информацией; закрепление, расширение и углубление знаний; воспитание самостоятельности, организованности и творческой активности.

Рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям. В ходе лекционного курса проводится изложение современных научных взглядов и освещение основных проблем изучаемой области знаний. Значительную часть теоретических знаний студент должен получать самостоятельно из рекомендованных информационных источников (учебников, Интернет-ресурсов, электронной образовательной среды университета). По ходу конспектирования лекции на занятиях необходимо делать пометки на полях, к которым рекомендуется вернуться по окончании занятия и своевременно задать вопросы преподавателю. Конспекты лекций используются при подготовке к практическим занятиям, в самостоятельной работе и подготовке к зачету по дисциплине.

Рекомендации по подготовке к практическим занятиям. Необходимо заранее ознакомиться с перечнем вопросов, которые будут рассмотрены на занятии. Изучить основные термины и понятия, выносимые на практическое занятие, ознакомиться с рекомендуемой литературой, заранее внимательно прочитать материал лекций, ознакомиться с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям, выписать основные термины. При подготовке к практическим занятиям необходимо постоянно повышать уровень физической работоспособности, укреплять здоровье и формировать легкоатлетические спортивные умения и навыки. Также необходимо осуществлять самостоятельную спортивную тренировку, контролировать основные параметры жизнедеятельности физиологических систем, определять уровень физической подготовленности и работоспособности.

Рекомендации по организации самостоятельной работы. Самостоятельная работа студентов включает в себя изучение и систематизацию нормативно-инструкционных и справочных материалов по легкой атлетике; изучение учебной, научной и методической литературы, материалов периодических изданий и электронных средств информации; подготовку докладов и рефератов; участие в работе студенческих конференций, комплексных научных исследованиях и другое. Приступая к изучению учебной дисциплины, студенты должны ознакомиться с рабочей программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, изучить рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести новую тетрадь для конспектирования лекций и работы на практических занятиях.

К зачету по легкой атлетике необходимо готовится целенаправленно, регулярно, и систематически. Необходимо ознакомиться с тематическими планами лекций, практических занятий и формой проведения контрольных мероприятий. Необходимо изучить перечень вопросов и нормативов, выносимых на итоговый контроль.

Необходимо подготовиться и сдать все нормативы по легкой атлетике, а также отработать все пропущенные без уважительной причины занятия по установленным на кафедре физического воспитания и спорта правилам и требованиям.