

УДК 796.42(075.8)
ББК 75.711я73
Б 17

Учебное пособие составлено в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования.

Рассмотрено и рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом ФГБОУ ВО Ижевская ГСХА, протокол № 2 от 18.06.2020 г.

Рецензент:

А. Ю. Анисимова – к.п.н, доцент кафедры физической культуры
ФГБОУ ВО ИжГТУ им. М.Т. Калашникова

Составители:

М. С. Воротова – к.п.н., доцент кафедры физической культуры
ФГБОУ ВО Ижевская ГСХА

Ю. В. Моисеев – ст. преподаватель кафедры физической культуры
ФГБОУ ВО Ижевская ГСХА

Б 17 Базовые виды спорта. Легкая атлетика: учебное пособие / Сост. М. С. Воротова, Ю. В. Моисеев [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые данные (1,2 Мб). – Ижевск: ФГБОУ ВО Ижевская ГСХА, 2020. – Систем. требования: PC не ниже класса Pentium I; 32 Mb RAM; своб. место на HDD 16 Mb; Windows 95/98; Adobe Acrobat Reader.

Учебное пособие подготовлено в соответствии с программой «Базовые виды спорта» по физической культуре для студентов сельскохозяйственных вузов.

В пособии рассматриваются методические рекомендации обучения легкоатлетическим упражнениям, методики развития двигательных способностей, материально-техническое оснащение и др.

Занятия легкой атлетикой формируют положительную мотивацию к занятиям физической культурой и спортом у студенческой молодежи. Данное учебно-программное издание позволяет систематизировать и углубить знания дисциплины «Базовые виды спорта» из раздела программы «Легкая атлетика». Представленное издание подробно раскрывает основные разделы рабочей программы «Базовые виды спорта», опубликованной в электронном виде в информационной базе 1С: Университет.

Пособие поможет студентам освоить современные правила данной дисциплины и необходимые технические приемы. Предназначено для студентов очной формы обучения не физкультурных вузов и может быть рекомендовано в качестве основной литературы студентам и преподавателям высших учебных заведений не физкультурного профиля.

УДК 796.42(075.8)
ББК 75.711я73

© ФГБОУ ВО Ижевская ГСХА, 2020
© Воротова М. С., Моисеев Ю. В.,
сост., 2020

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. ЗНАЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ В ОПОП.	6
1.1 Цель и задачи дисциплины.	6
1.2 Место дисциплины в ОПОП	6
1.3 Требования к результатам освоения дисциплины	7
ГЛАВА 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	9
2.1 Объем дисциплины и виды учебной деятельности.	9
2.2 Теоретический раздел.	9
2.3 Учебно-методические рекомендации по дисциплине «Базовые виды спорта».	10
2.4 Распределение разделов по учебным занятиям.	16
ГЛАВА 3. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ	46
3.1 Текущий контроль	46
3.2 Промежуточная аттестация	48
3.3 Рейтинговая аттестация.	49
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.	51
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	53
ПРИЛОЖЕНИЯ.	55