

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева»



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебной работе

С.В. Ильина  
2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ**

Учебная практика

Спортивно-ориентированная практика

Направление подготовки  
49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки

Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Квалификация (степень) выпускника  
Бакалавр

Чебоксары 2022

## **1. Цели практики**

Целями спортивно-ориентированной практики являются:

- формирование готовности студентов к творческому саморазвитию и самореализации в сфере избранной профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Практика, с одной стороны, способствует интеграции, конкретизации и углублению знаний, умений и навыков, усваиваемых студентами при изучении общепрофессиональных дисциплин и дисциплин предметной подготовки, в структуре целостной профессиональной деятельности.

С другой стороны, приобретаемые практические умения и навыки обеспечивают готовность студентов к решению педагогических задач в общеобразовательных школах, к научно-исследовательской деятельности в процессе выполнения выпускных квалификационных работ, выступают необходимой основой дальнейшего развития и совершенствования педагогической деятельности.

## **2. Задачи практики**

Задачами спортивно-ориентированной практики являются:

- ознакомить студентов с основами техники видов легкой атлетики (историей возникновения и развития, эволюцией техники и методики ее преподавания);

- вооружить студентов профессиональными знаниями и умениями преподавания видов легкой атлетики в образовательных учреждениях;

- развить профессиональное самосознание, обуславливающее критическое отношение к самому себе как субъекту педагогической деятельности, к процессу и результатам своего труда;

- развить профессиональное мышление, проявляющееся в высокой эффективности реализации творческих способностей при решении педагогических задач.

- усвоение содержания практики осуществляется с применением на занятиях форм и методов контекстного обучения, моделирующих предметно-технологическое и социальное содержание профессиональных, учебных и жизненных ситуаций; интерактивных методов обучения, анализа ситуационных задач, деловых игр и тренингов; внеаудиторной самостоятельной работы студентов.

## **3. Место практики в структуре ОПОП ВО**

Спортивно-ориентированная практика относится к блоку Б 2 Практики учебного плана подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура Профиль подготовки «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Приступая к изучению спортивно-ориентированной практики, студент должен владеть знаниями основ техники видов легкой атлетики, умениями выполнять базовые технико-тактические действия спортивной ходьбы, бега, прыжков и легкоатлетических метаний в объеме учебной программы по дисциплине «Физическая культура» для учащихся средней общеобразовательной школы.

Спортивно-ориентированная практика базируется на следующих дисциплинах ОПОП:

- Теория и методика легкой атлетики (ОПК-3; ОПК-4; ОПК-9; ПК-1; ПК-2; ПК-4)

Освоение спортивно-ориентированной практики необходимо обучающемуся для успешного освоения следующих дисциплин, прохождения практик ОПОП по данному направлению подготовки:

- Тренерская практика (ОПК-3; ОПК-4; ПК-1; ПК-7).

## **4. Вид, тип, способ и форма проведения практики**

Вид практики – учебная.

Тип практики – спортивно-ориентированная практика.

Способ проведения учебной практики – стационарный.

### **5. Место и время проведения практики**

Спортивно-ориентированная практика проводится на базе факультета физической культуры Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я. Яковлева, имеющей необходимые материально-технические условия и высококвалифицированных работников.

Спортивно-ориентированная практика проводится на 2 курсе (4 семестр) в соответствии с учебным планом.

Продолжительность практики – 144 ч.

### **6. Компетенции обучающегося, формируемые в результате прохождения практики**

В результате прохождения спортивно-ориентированной практики обучающийся должен приобрести следующие практические навыки, умения, универсальные и профессиональные компетенции:

*универсальные компетенции:*

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК – 7)

*общепрофессиональные компетенции:*

Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке (ОПК – 3);

Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта (ОПК – 4);

*профессиональные компетенции обязательные:*

Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (ПК – 2).

В результате изучения дисциплины студенты должны усвоить *знания* о:

- о легкой атлетике как виде спорта и как средстве физического воспитания;
- технике легкоатлетических упражнений (спортивной ходьбы, бега, прыжков, метаний и многоборий);
- правилах соревнований по видам легкой атлетики;
- планирование учебной работы по легкой атлетике на уроках физической культуры и работы спортивной секции в школе;
- организации занятий легкой атлетикой на уроках физической культуры и во внеучебное время).

*Уметь* выполнять на уровне двигательного умения:

- комплексы общеразвивающих упражнений в легкой атлетике;
- комплексы специальных упражнений по видам легкой атлетики;
- подводящие упражнения по видам легкой атлетики;
- основные фазы и связки по видам легкой атлетики;
- применять средства и методы обучения двигательным действиям и для развития физических качеств.

*Владеть* организационно-методическими умениями:

- планировать содержание и процесс обучения технике видов легкой атлетики;
- практически организовывать и проводить соревнования по отдельным видам и всему комплексу легкоатлетической программы;
- проводить урок физической культуры по легкой атлетике.

## 7. Структура и содержание практики

Общая трудоемкость практики составляет 4 зачетных единицы, 144 часа.

### 7.1 Структура практики

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды учебной / производственной работы на практике, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля
1	2	3	4
1	Подготовительный этап	Участие в установочной конференции по практике (2 часа) Прохождение инструктажа по технике безопасности (2 часа)	Отметка о посещении установочной конференции Подпись в журнале по технике безопасности
2	Производственный этап	Легкоатлетические снаряды, инвентарь, оборудование его хранение и уход за ним (16 часов)	Подготовка легкоатлетических снарядов, инвентаря и оборудования к учебным занятиям
		Спортивные сооружения для занятий легкой атлетикой. (6 часов)	Конспект анализа информации
		Основы техники спортивной ходьбы, бега, прыжков и метаний (50 часов)	Оценка уровня владения основами техники
		Методика обучения технике спортивной ходьбы, бега, прыжков и метаний (44 часов)	Проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия
		Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике (10 часов)	Помощь в организации и проведении соревнований
		Здоровьесберегающие технологии средствами легкой атлетики (10 часов)	Технология планирования, контроля и учета
3	Заключительный этап	Оценка уровня владения основами техники (4 часа)	Зачет с оценкой

### 7.2 Содержание практики

№	Наименование раздела	Содержание раздела практики
	2	3
1.	<b>Организация практики,</b> подготовительный этап:	- ознакомление с программой учебной практики.

	- инструктаж по ТБ;	
2.	<b>Производственный этап</b> Обще подготовительные и специально подготовительные упражнения видов легкой атлетики	Специальные упражнения в спортивной ходьбе. Специальные беговые упражнения. Специальные прыжковые упражнения. Специальные упражнения для легкоатлетических метаний.
	Основы техники легкоатлетических упражнений.	Понятие о технике легкоатлетических упражнений. Обоснование техники с позиции механики и биологии. Использование мышечных сил: направление, импульс силы и наращивание скорости движения. Фиксация опорных звеньев. Значение техники для достижения спортивного результата.
	Основы техники бега и спортивной ходьбы.	Ходьба и бег - естественные способы передвижения человека. Цикличность, фазы движения в течение цикла (двойного шага). Периоды одиночной, двойной ОПОРЫ И полета. Взаимодействие (внутренних и внешних сил). Путь движения ОЦМ. Скорость, длина, частота шагов. Положение туловища, головы. Основные угловые параметры. Дыхание. Анализ кинограмм ходьбы и бега на различные дистанции. Угловых параметров. Темп, скорость, условное разделение дистанции на части — старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Варианты техники. Индивидуальные особенности. Эффективность вариантов техники. Отличительные особенности бега и ходьбы.
	Организация соревнований по легкой атлетике	Цель и задачи соревнований. Их классификация. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Программа соревнований. Распределение видов по дням и последовательность их проведения в течение дня. Обязанности главного судьи соревнований, его заместителей, старших судей на видах. Главный секретарь соревнований, организация работы секретариата. Подведение итогов соревнований. Система подсчета результатов.
	Судейство соревнований по легкой атлетике	Подготовка мест соревнований по спортивной ходьбе и бегу. Судейские бригады. Организация работы бригады судей. Конкретизация работы каждого судьи обязанности судей на старте, судей на финише, судей хронометристов, судей на дистанции. Оформление рабочей судейской документации. Определение победителей забегов, составление финальных забегов. Судейство кроссов и соревнований, проводящихся вне стадиона.
	Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике	Техника безопасности при занятиях бегом: покрытие беговой дорожки и кроссовой дистанции, наличие разметок на дорожке, рельеф беговой дистанции. Техника безопасности при занятиях прыжками: состояние мест приземления, правильная фиксация бруска для отталкивания в горизонтальных прыжках, состояние секторов. Техника безопасности при занятиях метаниями: соответствие веса снаряда уровню подготовленности занимающихся, наличие

	сеток безопасности при длинных метаниях. Правила поведения спортсменов в легкоатлетических манежах.
Техника и методика обучения спортивной ходьбе	Структура движений в спортивной ходьбе (цикличность, периоды, фазы, моменты). Механизм отталкивания в спортивной ходьбе. Скорость передвижения, взаимосвязь длины и частоты шагов. Сходство и различие движений в спортивной ходьбе и беге. Особенности спортивной ходьбы на различные дистанции. Специальные и подводящие упражнения в спортивной ходьбе. Правила составления схемы обучения по задачам и подбор средств. Использование методов обучения и наглядных пособий.
Техника и методика обучения бегу на короткие дистанции	Анализ техники бега на короткие дистанции. Особенности движений звеньев тела в беге. Механизм отталкивания в беге. Техника низкого старта, стартового разгона, бега по дистанции, финиширование. Биомеханические характеристики стартовой силы. Специальные и подводящие упражнения в тренировке бегунов на короткие дистанции. Правила составления схемы обучения по задачам и подбор средств. Использование методов обучения и наглядных пособий. Методика обучения низкому старту. Методика обучения стартовому разгону. Методика обучения бегу по дистанции. Методика обучения финишированию.
Техника и методика обучения бегу с барьерами	Темпо-ритмовая структура фазы атаки барьера. Темпо-ритмовая структура фазы полета над барьером. Темпо-ритмовая структура фазы схода с барьера. Темпо-ритмовая структура фазы бега между барьерами. Правила составления схемы обучения по задачам и подбор средств. Использование методов обучения и наглядных пособий.
Техника и методика обучения эстафетному бегу	Классические виды эстафетного бега на стадионе и в закрытых помещениях. Стартовое положение с эстафетной палочкой при беге по прямой. Стартовое положение с эстафетной палочкой при беге в вираж. Способ передачи эстафетной палочки «сверху». Способ передачи эстафетной палочки «снизу». Анализ техники старта с эстафетной палочкой по прямой и в вираж. Анализ техники передачи эстафетной палочки способом сверху. Анализ передачи эстафетной палочки способом снизу. Анализ техники эстафетного бега 4x100м и 4x400м. Правила составления схемы обучения по задачам и подбор средств. Использование методов обучения и наглядных пособий.
Техника и методика обучения бегу на средние и длинные дистанции	История развития бега на средние и длинные дистанции. Рекорды, рекордсмены, чемпионы Олимпийских игр. Современная техника бега на средние и длинные дистанции. Изменение техники бега в связи с увеличением дистанции. Кинематические и динамические параметры. Критерии оценки техники. Сочетание различных беговых дистанций. Техника бега на местности, вне стадиона. Сведения о беге на сверхдлинные дистанции. Кроссы, пробеги. Обучение технике бега. Средства и методы обучения. Специальные подготовительные упражнения для совершенствования техники бега. Особенности дыхания при

		беге на средние и длинные дистанции. Выявление ошибок в технике бега и их исправление
	Учебный урок и тренировочное занятие по легкой атлетике	Задачи подготовительной, основной, заключительной части урока по легкой атлетике в общеобразовательной школе и учебно-тренировочного занятия в ДЮСШ. Плотность урока и учебно-тренировочного занятия, их эффективность. Страховка, контроль самочувствия занимающихся. Варианты построения урока и учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике.
	Здоровьесберегающие технологии средствами легкой атлетики Контроль за нагрузкой на занятиях легкой атлетики	Легкоатлетические упражнения в программе школьных занятий физической культурой. Особенности занятий с учащимися отнесенных к специальной медицинской группе. Цель и задачи контроля. Предмет контроля. Комплексный контроль. Виды контроля. Овладение навыками проведения педагогического контроля в легкой атлетике.
	Применение методики НИР в практике учебного урока	Место и возможности применения научного эксперимента в практике учебного урока Методика контрольных измерений. Анализ методов исследования. Основные направления исследований в технике, обучении. Ознакомление с инструментальными методиками.
3	<b>Заключительный этап</b>	Зачет с оценкой

### 8. Формы отчетности по практике

По окончании спортивно-ориентированной практики студент-практикант сдает на оценку технику спортивной ходьбы, бега, прыжков и метаний, проводит подготовительную часть урока по легкой атлетике.

По итогам спортивно-ориентированной практики проводится дифференцированный зачет.

### 9. Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике

#### 9.1 Паспорт фонда оценочных средств по практике

№ п/п	Наименование раздела (этапа) практики	Код компетенции	Форма контроля	План-график проведения контрольно-оценочных мероприятий
1	Подготовительный этап	УК-7	1. Участие в работе установочной конференции 2. Прохождение инструктажа по технике безопасности	Первый день практики
2	Производственный этап	ОПК-4 ПК – 2	Подготовка легкоатлетических снарядов инвентаря, оборудования его хранение и уход за ним	В течение практики

		УК-7	Конспект анализа информации	По окончании изучения раздела
		УК – 7 ПК – 2	Сдача технических нормативов	В течение практики
		ОПК-3 ПК – 2	Составление плана-конспекта урока по легкой атлетике (подготовительная часть)	По окончании изучения раздела
		УК – 7 ПК – 2	Судейская практика. Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике	Согласно календарному плану соревнований
3	Заключительный этап	УК – 7 ОПК-3 ОПК-4 ПК – 2	Зачет с оценкой	По плану

### 9.2 Оценочные средства по практике

Фонд оценочных средств для проведения итогового контроля обучающихся по практике включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения программы практики;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций;
- контрольно-измерительные материалы в виде типовых заданий или иных материалов, необходимых для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения программы практики;
- методику оценивания результатов практики.

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения программы практики

Наименование компетенций	Изменяемые образовательные результаты (дискрипторы)	Этапы формирования	Задание практики	Отчетные материалы
Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (ПК – 2)	<b>знать:</b> о легкой атлетике как виде спорта и как средстве физического воспитания	подготовительный этап		проведение подготовительной части урока
Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	<b>Уметь</b> выполнять на уровне двигательного умения: -комплексы общеразвивающих упражнений в легкой атлетике; -комплексы специальных упражнений по видам легкой атлетике; - подводящие упражнения по видам легкой атлетике;	производственный этап	освоить основы техники спортивной ходьбы, бега, прыжков, метаний	



деятельности (УК – 7)	- основные фазы и связки по видам легкой атлетики			
Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (ПК – 2)	<b>знать:</b> организацию занятий легкой атлетикой на уроках физической культуры и во внеучебное время <b>владеть:</b> проводить урок физической культуры по легкой атлетике	подготовительный этап производственный этап	написать план-конспект урока по легкой атлетике (подготовительная часть)	проведение подготовительной части урока
Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке (ОПК – 3)	<b>знать:</b> о технике легкоатлетических упражнений (спортивной ходьбы, бега, прыжков, метаний и многоборий) правилах соревнований по видам легкой атлетики <b>владеть:</b> применять средства и методы обучения двигательным действиям и для развития физических качеств	производственный этап	участвовать в массовых физкультурно-оздоровительных мероприятиях	участие в мероприятии
Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (ПК – 2)	<b>знать:</b> планирование учебной работы по легкой атлетике на уроках физической культуры и работы спортивной секции в школе применять средства и методы обучения двигательным действиям и для развития физических качеств <b>владеть:</b> проводить урок физической культуры по легкой атлетике	подготовительный этап производственный этап заключительный этап	подготовить план-конспект на подготовительную часть урока	план-конспект
Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (ПК – 2). Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта (ОПК – 4)	<b>знать:</b> о легкой атлетике как виде спорта и как средстве физического воспитания технике легкоатлетических упражнений (спортивной ходьбы, бега, прыжков, метаний и многоборий) правилах соревнований по видам легкой атлетики <b>владеть:</b> практически организовывать и проводить соревнования по отдельным видам и всему комплексу легкоатлетической программы проводить урок физической культуры по легкой атлетике	подготовительный этап производственный этап	подготовить план-конспект на подготовительную часть урока	проведение подготовительной части урока
Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	<b>знать:</b> планирование учебной работы по легкой атлетике на уроках физической культуры и работы спортивной секции в школе <b>владеть:</b> планировать содержание и процесс обучения технике видов легкой атлетики	производственный этап	подготовить план-конспект урока	проведение урока легкой атлетики

(ОПК – 4)				
		заключительный этап		Зачет с оценкой

Порядок оценки уровня приобретенных компетенций при прохождении практики  
 Руководитель практики оценивает результаты прохождения практики студентом, руководствуясь Положением о рейтинговой оценке качества знаний студентов ЧГПУ им. И.Я. Яковлева и правилом начисления баллов за практику.

Рейтинг студента по практике рассчитывается путем накопления баллов и приведения их к традиционной шкале оценок.

Основные критерии оценки результатов практики:

а) готовность к прохождению практики (прохождение инструктажа по технике безопасности и др.);

б) степень выполнения программы практики (своевременное выполнение заданий практики в соответствии с индивидуальным планом прохождения практики, ориентация на решение поставленных задач);

в) полнота представленной отчетной документации по итогам практики, соответствие программе практики;

г) своевременное представление отчетной документации, качество оформления отчета;

д) характеристика, данная обучающемуся руководителем практики в организации;

е) публичная защита отчета.

Результаты практики могут быть оценены максимальным рейтинговым баллом – 100.

#### Правило начисления баллов за практику

Содержание работ	Правило начисления баллов	Максимальный балл по виду работ
	1. Подготовительный этап	
Участие в установочной конференции по практике	«5 баллов» ставится, если студент присутствовал на установочной конференции, прошел инструктаж по технике безопасности. «2 балла» ставится, если студент отсутствовал на установочной конференции, но позже прошел инструктаж по технике безопасности. «0 баллов» ставится, если студент отсутствовал на установочной конференции и не прошел инструктаж по технике безопасности.	5
	2. Производственный этап	
Конспект анализа информации	«15 баллов» ставится, если конспект оформлен аккуратно, содержит перечень видов физкультурно-спортивных сооружений, их классификацию и описание. «10 баллов» ставится, если конспект оформлен аккуратно, содержит виды ФСС и их классификацию, отсутствует описание. «5 баллов» ставится, если конспект оформлен небрежно, содержит, лишь перечень видов физкультурно-спортивных сооружений.	15
Критерии оценивания	«40 баллов» ставится, если все контрольные упражнения выполнены правильно, уверенно, точно и свободно;	40

уровня выполнения технических нормативов	«32 балла» ставится, если все контрольные упражнения выполнены правильно, но допущены незначительные ошибки; «24 балла» ставится, если все контрольные упражнения выполнены, но допущены значительные ошибки» «16 баллов» ставится, если все контрольные упражнения выполнены с грубыми ошибками.	
Проведения занятий по легкой атлетике (подготовительная часть)	«35 баллов» ставится, если студент умеет планировать содержание и процесс обучения технике видов легкой атлетики, создавать с помощью слова и показа у учащихся знания и представления об изучаемом виде легкой атлетики, обнаруживать и исправлять двигательные ошибки, а также контролировать и оценивать технику; «28 баллов» ставится, если студент умеет планировать содержание и процесс обучения технике, создавать с помощью слова и показа у учащихся знания и представления об изучаемом виде легкой атлетики, но не может обнаружить и исправить двигательные ошибки при выполнении техники, а также контролировать и оценивать качество усвоения техники; «21 балл» ставится, если студент умеет планировать содержание и процесс обучения технике, но не может правильно выполнить показ техники изучаемого упражнения, обнаружить и исправить ошибки, осуществлять контроль и оценивание техники изучаемого упражнения; «14 баллов» ставится, если студент не умеет планировать, выполнять показ техники, а также находить и исправлять ошибки при выполнении техники.	35
3. Заключительный этап		
Оценивание владения техникой спортивной ходьбы, бега, прыжков и метаний,	Баллы начисляются на основе результатов владения основами техники спортивной ходьбы, бега, прыжков и метаний.	5
Итого		100 баллов

#### Правило определения итоговой оценки

Количество накопленных баллов	Оценка по 4-балльной шкале	Оценка по шкале наименований
90-100	5 (отлично)	Зачтено
76-89	4 (хорошо)	
60-75	3 (удовлетворительно)	
Менее 60	2 (неудовлетворительно)	Не зачтено

### 10. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

1. **Жилкин, А. И.** Теория и методика легкой атлетики : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подгот 050100 – Пед. образование (профиль "физ. культура") / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. – 7-е изд., испр. – Москва : Академия, 2013. – 464 с. : ил.
2. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика : учеб. для вузов по направлению подгот. "Физ. культура" / Г. В. Грецов и др. ; под ред. Г. В. Грецова и А. Б. Янковского. – 2-е изд., стер. – Мо
3. **Зорин, С.Д.** Теория и методика легкой атлетики. Учебно-методическое пособие для студентов факультета физической культуры. // С.Д. Зорин, В.А. Бурцев, Л.Ш. Пестряева. Чебоксары : Чуваш, гос. пед. ун-т, 2007. – 50 с.
4. **Зорин, С.Д.** Обучение студентов факультетов физической культуры технике бега и спортивной ходьбы. Учебное пособие для студентов факультета физической культуры. / С.Д. Зорин, В.А. Бурцев, Г.Л. Драндров. Чебоксары : Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2010. – 49 с.
5. **Зорин, С.Д.** Организационно-методические основы совершенствования обучения студентов факультета физической культуры технике легкоатлетических упражнений. Учебное пособие для студентов факультета физической культуры. / С.Д. Зорин, Г.Л. Драндров, В.А. Бурцев. Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2013. – 99 с.
6. **Пьянзина, Н.Н.** Легкая атлетика : учеб. пособие / Н.Н. Пьянзина. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2006. – 97 с. : ил. – Библиогр.: С. 63.
7. **Романов, Н.С.** Практикум для сертифицированных тренеров I и II уровней по Позному Методу бега : учеб.-метод. пособие / Н.С. Романов [и др.]; - [пер. с англ. А.И. Пьянзина; по общ. Ред. Н.С. Романова. – 2-е изд., пер. и доп.]. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2008. - 79 с. : ил. – Библиогр.: С. 71-75. – На обл. загл.: Позный метод для сертифицированных тренеров : практикум : уровни I и II.

### **11. Информационные технологии, используемые на практике**

В ходе подготовки к практике студенты могут использовать следующие информационные ресурсы: Microsoft Office Word – текстовый редактор. С его помощью возможно создавать документы различной сложности. Microsoft Office Excel – табличный редактор, в котором есть все нужные функции для создания электронных таблиц любой сложности. Microsoft Office PowerPoint – популярное приложение для подготовки презентаций. Microsoft Office Picture Manager – работа с изображениями.

### **12. Материально-техническая база практики**

Для качественной организации учебной практики кафедра располагает:

- Спортивный зал 38 x 18 метров;
- Стадион с асфальтовым покрытием, секторами для прыжков и метаний;
- Стартовые колодки – 4 шт.;
- Сектор для приземления в прыжках в высоту;
- Барьеры – 10 штук;
- Копья, диски, ядра, планки для прыжков в высоту;
- Стойки для прыжков в высоту;
- Рулетки, секундомеры;

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, для курсового проектирования по дисциплине оснащены меловой аудиторной доской, учебной мебелью, проектором, экраном, ноутбуком, колонками.

Учебные аудитории для самостоятельных занятий по дисциплине оснащены компьютерной мебелью, компьютерами по числу обучающихся, объединенными

локальной сетью («компьютерный класс»), с возможностью подключения к сети Интернет и доступом к электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ЧГПУ им. И. Я. Яковлева».