**Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

**Зачетные требования для студентов I курса**

**1 семестр**

1. Знать теорию и методику преподавания видов легкой атлетики в объеме пройденного материала.
2. Владеть техникой выполнения: низкого и высокого старта, специальных упражнений бегуна и прыгуна: (бег с высоким подниманием бедра постановка шага, бег прыжками, бег скачками, «лезгинка», прыжок в шаге через шаг, через три шага), техника прыжка в высоту способом «перешагивание», метание теннисного мяча.
3. Получить положительную оценку по выполнению заданий преподавателя по перестроению, организации группы, подготовки мест занятий.
4. Выполнить нормативы по физической подготовке: бег 60 м., 300 м., прыжок в высоту способом «перешагивание».

**2 семестр**

1. Знать теорию и методику обучения изученных видов легкой атлетики.
2. Выполнить 3 пункта требований 1 семестра.
3. Освоить технику легкоатлетических упражнений: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», тройного прыжка со среднего разбега, эстафетного бега со зрительным контролем, толкания ядра с и.п. боком, метания гранаты, спортивной ходьбы.
4. Выполнить требования по спортивно-технической подготовленности. При выполнении требований по спортивно-технической подготовленности в прыжках, с/х, метания, необходимо показать оптимальный уровень техники.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды** | **Женщины** | | | **Мужчины** | | |
| **«3»** | **«4»** | **«5»** | **«3»** | **«4»** | **«5»** |
| 60 м. | 9,2 | 9,0 | 8,8 | 8,2 | 8,0 | 7,8 |
| 300 м. | 56 | 55 | 53 | 46 | 45 | 43 |
| 800 м. | 3,05 | 3,00 | 2,55 | -- | -- | -- |
| 1500 м. | -- | -- | -- | 5,20 | 5,05 | 4,55 |
| Высота (перешагивание) | 115 | 120 | 125 | 135 | 140 | 145 |
| Длина (согнув ноги) | 360 | 380 | 400 | 460 | 490 | 510 |
| Ядро (4-6 кг) | 650 | 700 | 750 | 8,00 | 8,20 | 8,60 |
| Граната | 22 | 24 | 26 | 38 | 40 | 45 |
| Спортивная ходьба 1 км (мин.) | 6,30 | 6,15 | 6,00 | 5,20 | 5,00 | 4,50 |

**Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

**Зачетные требования для студентов II курса**

**3 семестр**

1. Знать теорию и методику пройденного материала.
2. Получить положительную оценку за технику выполнения изученных видов легкой атлетики: барьерного бега, прыжка в высоту способом «флоп».
3. Получить положительную оценку за организацию и выполнение функций судьи учебных соревнований по легкой атлетике и по проведению подготовительной части урока.
4. Представить конспекты по обзорным занятиям.

**4 семестр**

1. Получить положительную оценку за технику выполнения легкоатлетических упражнений: эстафетного бега (передача на высокой скорости в зоне передачи способом «снизу»), прыжка в длину способом «прогнувшись», толкания ядра с и.п. спиной со скачка.
2. Получить положительную оценку за проведение подготовительной части урока и за судейство учебных соревнований (другая функция).
3. Выполнить нормативы по физической подготовленности с демонстрацией оптимальной техники выполнения.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды** | **Женщины** | | | **Мужчины** | | |
| **«3»** | **«4»** | **«5»** | **«3»** | **«4»** | **«5»** |
| 100 м. | 15,2 | 15,1 | 14,6 | 13,2 | 13,0 | 12,8 |
| 300 м. | 55 | 53 | 50 | 45 | 43 | 42 |
| 800 м. | 3,00 | 2,55 | 2,50 | - | - | - |
| 1500 м. | - | - | - | 5,05 | 4,55 | 4,45 |
| Тройной | 8,0 | 8,50 | 9,00 | 10,5 | 11,0 | 11,5 |
| Копье | 21 | 22 | 23 | 30 | 32 | 35 |
| Высота способом «Флоп» | 120 | 125 | 130 | 140 | 145 | 150 |
| 60 м. с/б | *Без учета времени, с демонстрацией**оптимальной техники* | | | | | |
| 7,50м. – ж,  76,8 см |
| 8,20м. – м,  91,4 см |