



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра физической культуры и БЖД

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

(подпись)

Е.Е. Соколов

«30» августа 2025 года

Рабочая программа дисциплины
Лёгкая атлетика

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Спортивная тренировка в избранном виде спорта



1. Цели освоения дисциплины Целью освоения дисциплины «Лёгкая атлетика» является формирование систематизированных знаний в области лёгкая атлетика, профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной деятельности бакалавра в качестве тренера по лёгкой атлетике.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Лёгкая атлетика» относится к части формируемая участниками образовательных отношений образовательной программы, дисциплины по выбору.

Для освоения дисциплины «Лёгкая атлетика» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Анатомия человека», «Биомеханика двигательной активности», «Физическая культура и спорт».

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- общие понятия о занятиях лёгкой атлетикой;
- физиологию и биомеханику человека;

Уметь:

- определять частоту сердечных сокращений и затраты энергии;
- определять уровень интенсивности каждого занятия;

Иметь практический опыт/Иметь навыки:

- составления плана занятия.

Дисциплина «Лёгкая атлетика» является предшествующей для изучения дисциплины «Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта», а также для прохождения учебной и педагогической практики.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- основные терминологические понятия и социальную роль лёгкой атлетики в становлении личности и сохранении здоровья человека;
- структуру построения занятий с учетом половозрастных особенностей занимающихся;
- морфофункциональные, психологические и возрастные особенности занимающихся различных половозрастных групп;
- технику безопасности при использовании оборудования и инвентаря.

Уметь:

- проводить занятия на основе использования различных видов лёгкой атлетики — направлений;
- составлять планы занятий на основе средств лёгкой атлетики, учитывая морфофункциональные, психологические и возрастные особенности занимающихся с установкой на восстановление.

Иметь практический опыт:

- применения изучаемых легкоатлетических упражнений.



4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 4 зачетных единицы (144 академических часа).

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Курс	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения) Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	
1	Раздел 1. База лёгкой атлетики				
1.1	Тема 1. Основы методики обучения технике лёгкоатлетических упражнений	4	4	4	Устный опрос
2.	Раздел 2. Основы техники лёгкой атлетики				
2.1	Тема 2. Обучение технике прыжка в длину с места и разбега.	4	4	4	Практическое выполнение. Выполнение норматива
Итого за семестр:			8	8	Зачет
2.2	Тема 3. Обучение технике низкого старта	5	2	2	Практическое выполнение. Выполнение норматива
2.3	Тема 4. Обучение технике бега по прямой, по повороту. По пересечённой местности.	5	2	2	Практическое выполнение. Выполнение норматива
2.4	Тема 5. Физические качества	5	4	2	Практическое выполнение. Выполнение норматива
Итого за семестр:			8	8	Зачет с оценкой
Итого по дисциплине:			16	16	Экзамен

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

Раздел 1. База лёгкой атлетики.

4.2.1. Основы методики обучения технике лёгкоатлетических упражнений:

Частота, продолжительность, интенсивность. Определение понятия «интенсивность». Способы повышения интенсивности в уроках и тренировках. Классификация лёгкоатлетических упражнений. Многообразие видов «Королевы спорта» Основы методики обучения технике лёгкоатлетических упражнений.

Раздел 2. Основы техники лёгкой атлетики

4.2.2. Техника прыжка в длину с места и с разбега. Прыжковые сектора.

4.2.3. Техника низкого старта. Стартовые колодки.

4.2.4. Техника бега по прямой, по повороту, по пересечённой местности.



4.2.5. Физические качества: выносливость, быстрота, сила. Множество упражнений функционального тренинга: упражнения с собственным весом; упражнения с гимнастическими снарядами; упражнения с грузами.

5. Образовательные технологии

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки «Физическая культура» в программе данного курса предусмотрено использование в учебном процессе активных форм проведения занятий и организации самостоятельной работы.

В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются рейтинговая технология, тестирование, тематические презентации, здоровьесберегающие технологии, аудиотехнологии.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Дисциплина предполагает объём самостоятельной работы, которая включает:

- самостоятельное изучение теоретического материала, учебной литературы, обучающихся Интернет-ресурсов;
- подготовку к выполнению практических заданий.

На практических занятиях каждый студент получает индивидуальное задание, направленное на формирование компетенций, определенных данной рабочей программой.

Во время выполнения заданий студент может консультироваться с преподавателем, определять наиболее эффективные методы решения поставленных задач. Если какая-то часть задания остается невыполненной, студент может продолжить её выполнение во время внеаудиторной самостоятельной работы.

№	Вид самостоятельной работы	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	Проработка теоретического материала	1. Физическая культура: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151 (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный. 2. Физическая культура и физическая подготовка / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 432 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573 (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01157-8. – Текст : электронный. 3. Врублевский, Е.П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) / Е.П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:



		http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995 (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-9907240-3-7. – Текст : электронный. 4. Забелина, Л.Г. Легкая атлетика : [16+] / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. – Новосибирск : НГТУ, 2010. – 59 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993 (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-7782-1448-4. – Текст : электронный. 5. Сидорова, Е.Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики / Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : СФУ, 2016. – 148 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497533 (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3400-0. – Текст : электронный. 6. Физическая культура. Основы легкой атлетики [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов университета / Иван. гос. ун-т ; сост. А. Л. Дорошенко [и др.] .— Электрон. текстовые дан. (1 файл: 977 Кб) .— Иваново : ИвГУ, 2013 .— 83 с : ил .— http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/doroshenko_2013.htm
2	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям	1. Физическая культура: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151 (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный. 2. Физическая культура и физическая подготовка / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 432 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573 (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01157-8. – Текст : электронный. 3. Врублевский, Е.П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) / Е.П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995 (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-9907240-3-7. – Текст : электронный. 4. Забелина, Л.Г. Легкая атлетика : [16+] / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. – Новосибирск : НГТУ, 2010. – 59 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993 (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-7782-1448-4. – Текст : электронный. 5. Сидорова, Е.Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики / Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский



		Федеральный университет. – Красноярск : СФУ, 2016. – 148 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497533 (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3400-0. – Текст : электронный. 6. Физическая культура. Основы легкой атлетики [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов университета / Иван. гос. ун-т ; сост. А. Л. Дорошенко [и др.] .— Электрон. текстовые дан. (1 файл: 977 Кб) .— Иваново : ИвГУ, 2013 .— 83 с : ил .—http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/doroshenko_2013.htm
3	Подготовка к тестированию (текущей аттестации)	1. Физическая культура: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151 (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный. 2. Физическая культура и физическая подготовка / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 432 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573 (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01157-8. – Текст : электронный. 3. Врублевский, Е.П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) / Е.П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995 (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-9907240-3-7. – Текст : электронный. 4. Забелина, Л.Г. Легкая атлетика : [16+] / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. – Новосибирск : НГТУ, 2010. – 59 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993 (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-7782-1448-4. – Текст : электронный. 5. Сидорова, Е.Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики / Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : СФУ, 2016. – 148 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497533 (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3400-0. – Текст : электронный. 6. Физическая культура. Основы легкой атлетики [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов университета / Иван. гос. ун-т ; сост. А. Л. Дорошенко [и др.] .— Электрон. текстовые дан. (1 файл: 977 Кб) .— Иваново : ИвГУ, 2013 .— 83 с : ил .—http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/doroshenko_2013.htm



Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приведен в Приложении 1 к РП.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Цель и задачи контроля. Основной задачей контроля качества усвоения материала курса является обеспечение постоянной, систематической работы студентов в течение семестра.

Систематическая работа над изучением теоретического материала, выполнение практических работ в соответствии с планом занятий, своевременное принятие мер к отстающим студентам обеспечат качественное усвоение материала.

Проверка качества усвоения знаний студентов осуществляется по балльно-рейтинговой системе. Успеваемость студентов проверяется по их теоретической и практической подготовленности в форме зачета с оценкой в сроки, предусмотренные учебным планом.

Входной контроль осуществляется путем проведения диагностических работ.

Текущий контроль знаний: устный опрос, проверка самостоятельных работ и планов-конспектов, выступления студентов с демонстрацией комплексов упражнений по заданию преподавателя. В ходе текущего контроля оцениваются промежуточные результаты освоения студентами данной дисциплины. Максимальная величина баллов студента при текущей аттестации составляет 100 баллов.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения) Формы промежуточной аттестации	Максимальное количество баллов
1	Раздел 1. База лёгкой атлетики		
1.1	Тема 1. История лёгкой атлетики. Классификация лёгкоатлетических упражнений.	Устный опрос	5
1.2	Тема 2. Судейство соревнований по лёгкой атлетике.	Устный опрос	5
1.3	Тема 3. Особенности занятий лёгкой атлетикой с детьми и подростками	Устный опрос	10
1.4	Тема 4. Лёгкая атлетика в программе общеобразовательной школы. Проведение урока. Методика проведения занятия оздоровительным бегом.	Устный опрос	10
1.5	Тема 5. Составление плана конспекта урока по лёгкой атлетике.	Составление плана-конспекта.	15
2.	Раздел 2. Основы техники лёгкой атлетики		
2.1	Тема 6. Обучение технике барьерного бега	Демонстрация специальных упражнений барьериста упражнений и техники бега с барьерами	5
2.2	Тема 7. Обучение технике толкания ядра	Демонстрация специальных упражнений толкателя и техники толкания ядра	10



2.3	Тема 8. Обучение технике прыжка в длину с места и разбега.	Демонстрация специальных упражнений прыгуна и техники прыжков	15
2.4	Тема 9. Обучение технике низкого старта	Демонстрация установки стартовых колодок, выбегания из колодок, стартового разгона под команды стартера.	5
3.2	Тема 10. Обучение технике бега по прямой, по повороту. По пересечённой местности.	Демонстрация специальных упражнений бегуна, техники бега по прямой, техники бега по повороту, техники бега с горы и в гору.	10
3.3	Тема 11. Функциональный тренинг	Составление плана-конспекта урока функционального тренинга	10

Промежуточный контроль знаний студентов осуществляется на зачете по вопросам, приведенным в Приложении 2 к РП «Фонд оценочных средств».

Условием допуска к зачету является регулярное посещение учебных занятий, своевременное выполнение всех заданий и рейтинг текущей аттестации не менее 60 баллов.

На зачете студенты письменно отвечают на 10 вопросов, а также составляют и демонстрируют хореографическую комбинацию на 32 счета.

Критерии и шкала оценки

оценка «отлично» - студент правильно ответил не менее чем на 9 письменных вопросов; грамотно составил план-конспект урока, продемонстрировал знание видов лёгкой атлетики, имеет хорошую собственную технику выполнения специальных лёгкоатлетических упражнений;

оценка «хорошо» - студент правильно ответил не менее чем на 8 письменных вопросов; грамотно составил план-конспект урока, продемонстрировал знание видов лёгкой атлетики, имеет хорошую собственную технику выполнения специальных лёгкоатлетических упражнений; сбивался во время демонстрации не более одного раза, смог исправить ошибку самостоятельно;

оценка «удовлетворительно» - студент правильно ответил не менее чем на 7 письменных вопросов; грамотно составил план-конспект урока, продемонстрировал знание видов лёгкой атлетики, имеет хорошую собственную технику выполнения специальных лёгкоатлетических упражнений; сбивался во время демонстрации не более двух раз, смог исправить ошибки самостоятельно.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная учебная литература

1. Физическая культура: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный.

2. Физическая культура и физическая подготовка / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 432 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573> (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01157-8. – Текст : электронный.

Дополнительная учебная учебно-методическая литература

1. Врублевский, Е.П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) / Е.П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. –



URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995> (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-9907240-3-7. – Текст : электронный.

2. Забелина, Л.Г. Легкая атлетика : [16+] / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. – Новосибирск : НГТУ, 2010. – 59 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993> (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-7782-1448-4. – Текст : электронный.

3. Сидорова, Е.Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики / Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : СФУ, 2016. – 148 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497533> (дата обращения: 01.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3400-0. – Текст : электронный.

4. Физическая культура. Основы легкой атлетики [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов университета / Иван. гос. ун-т ; сост. А. Л. Дорошенко [и др.] .— Электрон. текстовые дан. (1 файл: 977 Кб) .— Иваново : ИвГУ, 2013 .— 83 с : ил .— http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/doroshenko_2013.htm

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru;](http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka)
<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>
- Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>
- Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>
- СПС «КонсультантПлюс»

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебный процесс осуществляется спортивной базой, отвечающей санитарно-гигиеническим и санитарно-эпидемиологическим стандартам:

1.	Зал спортивных игр 24 x 46 метров	учебный корпус № 6
2.	Гимнастический зал 15 x 24 метра	учебный корпус № 6
3.	Зал спортивных единоборств 10 x 20 метров	учебный корпус № 1
5.	Стадион «Текстильщик» (круг 400 метров)	улица Ермака
6.	ПКиО им. Степанова	улица Ермака

Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Количество	Примечания
Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования	Д	
Рабочая программа дисциплины		
Учебно-методические пособия	Д	
Технические средства обучения		
Секундомер	Д	
Стартовый пистолет		
Экранно-звуковые пособия		
Аудиозаписи	Д	



Видеозаписи		
Учебно-практическое оборудование		
Аптечка	Д	
Стартовые колодки	Д	
Ядра	К	
Барьеры	К	

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на группу);

К – полный комплект (на каждого студента);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее одного экземпляра на двух студентов);

П – комплект, необходимый для работы в группах (один экземпляр на 5-6 человек)

Автор рабочей программы дисциплины:

Старший преподаватель кафедры физической культуры и БЖД Леничева М.Б.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры и БЖД
«28» августа 2025 г., протокол № 1

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 1 от « 28 » августа 2026 г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.Е. Соколов
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.Е. Соколов
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.Е. Соколов
(подпись)