



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ**

**СИЛАБУС  
навчальної дисципліни**

**Легка атлетика з методикою викладання**

(назва)

**1. Основна інформація про дисципліну**

Тип дисципліни: вибіркова      Форма здобуття освіти: денна / заочна  
 Освітній ступінь: бакалавр  
 Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка  
 Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт  
 Освітня програма: Фізична культура і спорт: тренерсько-викладацька діяльність  
 Рік навчання: 3      Семестр: 5 - 6  
 Кількість кредитів (годин): 4 (120 год.: **денна форма:** 10 - лекції; 38 - практичні заняття; 72 - самостійна робота); **заочна форма:** 2 - лекції; 10 - практичні заняття; 108 - самостійна робота)  
 Мова викладання: українська  
 Посилання на курс в онлайн-платформі Google Meet

**2. Інформація про викладача (викладачів)**

ПІБ: Станєва Світлана Василівна  
 Науковий ступінь, вчене звання, посада: викладач  
 Кафедра: фізичної культури, біології та основ здоров'я  
 Робочий e-mail: stanevasvetlana675@gmail.com  
 Години консультацій на кафедрі: понеділок 15.00 – 16.00 годин

**3. Опис та мета дисципліни**

Предмет вивчення навчальної дисципліни є організація та проведення різних форм занять легкої атлетики.

Мета викладання навчальної дисципліни «Легка атлетика з методикою викладання» полягає у набутті студентами теоретичних і практичних знань, умінь, навичок видів легкої атлетики, в формуванні основ раціональної техніки виконання основних та спеціальних легкоатлетичних вправ, оволодінні сучасною методикою навчання легкоатлетичних вправ, вивчення діючих правил організації та проведення легкоатлетичних змагань, набуття відповідних теоретичних, методичних, організаційних знань, умінь і навичок, які будуть достатніми для самостійної педагогічної роботи, використання отриманих знань у професійній діяльності

Міждисциплінарні зв'язки «Теорія і методика фізичного виховання», «Вступ до спеціальності з основами наукових досліджень», «Біомеханіка фізичних вправ та спорт метрологією», «Педагогіка фізичного виховання і спорту», «Психологія спорту», «Теорія і

методика викладання видів спорту».

Завданнями дисципліни є: вивчення історії розвитку, класифікації та сучасного стану легкої атлетики, вивчення теорії, методики та організаційних засад легкої атлетики; опанування ефективною технікою видів легкої атлетики, навчання техніки спортивної ходьби, бігу, стрибків та метань, оздоровлення студентів.

#### **4. Результати навчання**

**Знання:** загальних питань системи знань із загальної теорії і методики спортивної підготовки з легкої атлетики з різними віковими групами, історію розвитку легкої атлетики, класифікацію та сучасний стан легкої атлетики, методику навчання видів легкої атлетики, правила проведення змагань з легкої атлетики, засоби і методи відновлення після фізичних навантажень. Вміти технічно правильно виконувати спортивну ходьбу, різновиди бігу, стрибків, метань.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати:

- основи техніки і тактики легкоатлетичних вправ;
- методику навчання техніки легкоатлетичних вправ;
- методику розвитку фізичних якостей засобами легкої атлетики.

**Вміння:** продемонструвати основні технічні прийоми, володіти способами відновлення організму після занять легкою атлетикою; провести змагальну зустріч з легкої атлетики.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен вміти:

- скласти конспект і проводити навчально-тренувальне заняття з легкої атлетики;
- виховувати морально-вольові якості;
- володіти комплексом засобів для розвитку різних фізичних якостей залежно від віку, стану здоров'я, індивідуальних особливостей, фізичної підготовленості.

**Комунікація:** використовувати набуті знання при веденні наукових дискусій з питань пропаганди спортивно-оздоровчої діяльності; формуванні спрямованості на пропаганду здоров'язбереження, виявляти повагу до різноманітних національних уподобань, співпрацювати з носіями різних історичних і культурних цінностей; створювати умови для комунікації із представниками наукових, громадських, релігійних і національно-культурних організацій. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту, або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

**Автономність та відповідальність:** виконувати індивідуальні науково-дослідні завдання з можливістю побудови індивідуальної траєкторії професійного розвитку, виявляти самостійність і соціальну відповідальність при виконанні функціональних обов'язків.

## 5. Структура дисципліни

### Денна форма

Тема № 1. Вступ в дисципліну «Легка атлетика з методикою викладання». Історія розвитку легкої атлетики.

Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p><i>Лекція (2год):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Визначення та зміст дисципліни.</li> <li>2. Завдання дисципліни та місце легкої атлетики в системі фізичного виховання.</li> <li>3. Класифікація і термінологія.</li> <li>4. Історія розвитку легкої атлетики.</li> <li>5. Становлення та розвиток легкої атлетики в Україні.</li> <li>6. Організація вивчення дисципліни.</li> <li>7. Контрольні нормативи та залікові вимоги.</li> <li>8. Основна та допоміжна література.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф. 2006. Легка атлетика: навчальний посібник для студентів фіз. культури. Черкаси: Вид. Вовчок О. Ю. 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка. 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В. 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Талія". 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа. 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. фіз. виховання пед. навч. закл. Харків: ОВС. 112 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Баштовенко О., Станєва С. Проблеми організації дистанційного навчання з фізичної культури в закладах освіти. Науковий вісник ІДГУ. № 53 (2021) С.9-22. <a href="http://visnyk.idgu.edu.ua/index.php/nv/article/view/452">http://visnyk.idgu.edu.ua/index.php/nv/article/view/452</a></li> <li>2. Oksana BASHTOVENKO, Gennady YARCHUK, Viktoria ZVEKOVA, Kristina HANCHEVA, Vitalii SILAIEV, Svitlana STANIEVA Influence of Sports Games on Coordination Abilities of Adolescents as a Component of Physical Development: Neuropsychological Features. Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience <a href="https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247">https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247</a></li> <li>3. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа, 128 с.</li> <li>4. Линець М. М. 1996. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів:</li> </ol>

	<p>Штабар, 207 с.</p> <p>5. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ.: Олімпійська література, 326 с.</p> <p>6. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</p> <p><i>Ресурси</i></p> <p>1. Інституційний репозитарій іДГУ  <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></p>
<p><i>Практичне заняття (4 год):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вимоги до обладнання та інвентарю.</li> <li>2. Особливості видів легкої атлетики.</li> <li>3. Системи проведення змагань.</li> <li>4. Техніка безпеки.</li> <li>5. Загальна фізична підготовка.</li> <li>6. Розвиток фізичних якостей: швидкості, сили, спритності, гнучкості, витривалості.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф. 2006. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю. 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В.1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В.200. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків : ОВС. 112 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Волков Л.В .1998. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант.Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>7. Линець М. М.1997. Основи методики розвитку рухових якостей.Львів: Штабар,207 с.</li> <li>8. Методика обучения легкоатлетическим упражнениям.1986. Учеб. пособие для ин-тов физ. культуры и фак. физ. воспитания вузов / Под общ. ред. М.П.Кривоносова, Т.П. Юшкевича.</li> </ol>

	<p>Мінськ.: Выш. шк., 12 с.</p> <p>9. Платонов В.М., 1995. Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ.: Олімпійська література, 326 с.</p> <p>10. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</p>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i>  <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія розвитку легкої атлетики.</li> <li>2. Історичний огляд виникнення та розвитку легкої атлетики в Україні.</li> <li>3. Розвиток легкої атлетики від Стародавньої Греції до сьогоденних днів.</li> <li>4. Розвиток легкої атлетики на території України в різні часи.</li> <li>5. Успіхи українських легкоатлетів на Олімпійських іграх.</li> </ol> <p><i>Терміни виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф. 2006. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В. 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Талія", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків: ОВС, 112 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М. 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., 1995. Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ: Олімпійська література, 326 с.</li> <li>4. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</li> </ol>

**Тема № 2. Діяльність міжнародних та українських організацій, які займаються розвитком легкої атлетики.**

Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p><i>Лекція (2 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Діяльність Світової легкої атлетики.</li> <li>2. Діяльність Федерації легкої атлетики Укрвіни.</li> <li>3. Виступ українських легкоатлетів на міжнародній арені.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф. 2006. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В. 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків : ОВС, 112 с.</li> <li>6. Жилкин А. И. 2008 Легкая атлетика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. [изд.]. Москва. : Академия, 464 с.</li> <li>7. Жордочко Р. В., Поліщук В. Д. 1994. Легка атлетика. Київ.: Здоров'я,</li> <li>8. Захожа Н. Я. Легка атлетика у фізичному вихованні студентів [Текст]</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М. 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ.: Олімпійська література, 326 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ</li> </ol>

<p><i>Практичне заняття (4 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Фазова структура рухів.</li> <li>2. Поняття СБВ, ССВ, СВМ.</li> <li>3. Психологічна підготовка легкоатлета.</li> </ol>	<p><a href="http://lib.idgu.edu.ua/instytutsiynny-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/instytutsiynny-repozytoriy/</a></p> <p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф. 2006 .Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В. 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків : ОВС, 112 с.</li> <li>6. Жилкин А. И .2008. Легкая атлетика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. [изд.]. М. : Академия, 464 с.</li> <li>7. Жордочко Р. В., Поліщук В. Д. 1994. Легка атлетика. Київ.: Здоров'я.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В. 1997 .Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М .1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., 1995. Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник Київ: Олімпійська література, 326 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/instytutsiynny-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/instytutsiynny-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техніка легкоатлетичних видів.</li> <li>2. Методика навчання та</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф. 2006. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю.</li> </ol>

<p>вдосконалення технічних прийомів.</p> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять</i></p>	<p>424 с.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В. 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001 Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків : ОВС, 112 с.</li> <li>6. Жордочко Р. В., Поліщук В. Д. 1994 Легка атлетика. Київ: Здоров'я, <i>Допоміжні матеріали.</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М. 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник Київ: Олімпійська література, 326 с.</li> </ol> </li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
--	--

### Тема № 3. Аналіз та методика навчання техніки спортивної ходьби.

Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p><i>Лекція (2 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Правила поведінки на майданчиках та правила безпеки під час занять легкою атлетикою.</li> <li>2. Історія розвитку спортивної ходьби та досягнення у спортивній ходьбі.</li> <li>2. Аналіз техніки спортивної ходьби.</li> <li>3. Методика навчання техніки спортивної ходьби.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів., 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Л., ЛДУФК. 248 с.</li> </ol>



<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Правила змагань зі спортивної ходьби</li> <li>5. Вплив занять легкої атлетики на організм учнів.</li> <li>6. Самоконтроль під час занять легкою атлетикою..</li> <li>7. Задачі, особливості та форми проведення навчальних занять.</li> </ol>	<p>3. Попов В.Б. 2002. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. Москва.: 208 с.</p> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В.1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М.1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., Булатова М.М.1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник Київ: Олімпійська література,326 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Практичне заняття (4 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методи навчання.</li> <li>2. Послідовність навчання техніці спортивної ходьби.</li> <li>3. Засоби навчання.</li> <li>4. Організація та методика занять зі спортивної ходьби.</li> <li>5. Загальна і спеціальна підготовка легкоатлета.</li> <li>6. Вдосконалення техніки виконання спортивної ходьби.</li> <li>7. Спортивна ходьба -1500м (юн.), 1000м (д.)</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oksana BASHTOVENKO, Gennady YARCHUK, Viktoria ZVEKOVA, Kristina HANCHEVA, Vitalii SILAIEV, Svitlana STANIEVA Influence of Sports Games on Coordination Abilities of Adolescents as a Component of Physical Development: Neuropsychological Features. Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience <a href="https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247">https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247</a></li> <li>2. Лемешко В. Й.2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>3. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> <li>4. Попов В.Б. 2002. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. Москва, 208 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати доповідь обсягом 4-7 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика навчання та вдосконалення техніки виконання спортивної ходьби.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й.2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика –</li> </ol>

<p>2. Характеристика легкої атлетики як ефективного засобу фізичного виховання.</p> <p>3. Загальна характеристика методики навчання спортивної ходьби.</p> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p>основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК.248 с.</p> <p>3. Попов В.Б.2002. 555 спеціальних упражнень в подготовке легкоатлетов. Москва.:208 с.</p> <p><i>Ресурси</i></p> <p>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a>.</p>
---	--

#### Тема № 4. Аналіз та методика навчання техніки бігу на короткі дистанції.

Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p><i>Лекція ( 2 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія виникнення бігу на короткі дистанції та видатні спринтери.</li> <li>2. Аналіз техніки бігу на короткі дистанції.</li> <li>3. Методика навчання техніки бігу на короткі дистанції.</li> <li>4. Основні правила та вимоги до місця проведення змагань з бігу на короткі дистанції.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК.248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Електронні книги для студентів <a href="http://www.ifvs.npu.edu.ua/">http://www.ifvs.npu.edu.ua/</a>.</li> <li>2. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Практичне заняття (4 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техніка бігу на короткі дистанції.</li> <li>2. Техніка та методика навчання бігу на короткі дистанції.</li> <li>3. Організація та методика занять з бігу на короткі дистанції.</li> <li>4. Загальна і спеціальна підготовка легкоатлета.</li> <li>5. Вдосконалення техніки виконання бігу на короткі дистанції.</li> <li>6. Біг на короткі дистанції :100 м (юн.,д.)</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Електронні книги для студентів <a href="http://www.ifvs.npu.edu.ua/">http://www.ifvs.npu.edu.ua/</a>.</li> <li>2. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>

<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i>  <i>Підготувати доповіді (4-7 ст.),</i>  <i>презентації обсягом 10-15 слайдів:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Елементи техніки бігу на короткі дистанції.</li> <li>2. Оволодіння навичками техніки бігу на короткі дистанції.</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять</i></p>	<p><a href="#">repozytoriy/</a></p> <p><i>Рекомендовані джерела:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Електронні книги для студентів <a href="http://www.ifvs.npu.edu.ua/">http://www.ifvs.npu.edu.ua/</a>.</li> <li>2. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
--	---

### Тема № 5 Класифікація видів легкої атлетики.

Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p><i>Лекція (2 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Класифікація та загальна характеристика легкоатлетичних видів спорту.</li> <li>2. Вплив легкоатлетичних вправ на організм людини.</li> <li>3. Фазова структура рухів, основні помилки та їх попередження.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Креер В. А., Попов В. Б. 1986. Легкоатлетические прыжки.. Москва : Физическая культура и спорт, 177 с.</li> <li>2. Криличенко О.В. 2012. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб./ О.В. Криличенко, О.І. Форостян Київ.: Олімп. л-ра, 108 с.</li> <li>3. Кутек Т. Б. 2014. Сучасна спортивна підготовка кваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються в легкоатлетичних стрибках: Монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 280 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М. 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Практичне заняття (4 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техніка і методика навчання</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Криличенко О.В. 2012. Історія</li> </ol>

<p>легкоатлетичних видів спорту.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Класифікація та загальна характеристика а легкоатлетичних вправ.</li> <li>3. Вплив легкоатлетичних вправ на організм людини.</li> <li>4. Попередження помилок техніки навчання легкоатлетичних вправ..</li> </ol>	<p>розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб./ О.В. Криличенко, О.І. Форостян. Київ: Олімп. л- ра, 108 с.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Кутек Т. Б. 2014. Сучасна спортивна підготовка кваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються в легкоатлетичних стрибках: Монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 280 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В.1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М.1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., Булатова М.М.1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник Київ: Олімпійська література,326 с</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техніка і методика навчання легкоатлетичних видів спорту.</li> <li>2. Класифікація та загальна характеристика а легкоатлетичних вправ.</li> <li>3. Вплив легкоатлетичних вправ на організм людини.</li> <li>4. Попередження помилок техніки навчання легкоатлетичних вправ..</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Креер В. А., Попов В. Б.1986. Легкоатлетические прыжки Москва : Физическая культура и спорт, 177 с.</li> <li>2. Криличенко О.В. 2012. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб./ О.В. Криличенко, О.І. Форостян. Київ: Олімп. л- ра, 108 с.</li> <li>3. Кутек Т. Б.2014. Сучасна спортивна підготовка кваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються в легкоатлетичних стрибках: Монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 280 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В.1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М.1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., Булатова М.М.1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ.: Олімпійська</li> </ol>

	література, 326 с. <i>Ресурси</i> 1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynny-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynny-repozytoriy/</a>
--	--

**Тема № 6. Особливості проведення навчально-тренувальних занять з легкої атлетики з різними віковими групами.**

<b>Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення</b>	<b>Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси</b>
<p><i>Практичне заняття (4 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Організація та проведення занять легкою атлетикою з дітьми, підлітками та юнаками. Програма «Дитяча атлетика IAAF».</li> <li>2. Використання легкоатлетичних засобів з особами зрілого віку.</li> <li>3. Особливості проведення занять легкою атлетикою з людьми похилого віку.</li> <li>4. Особливості проведення занять легкою атлетикою з жінками.</li> <li>5. Основні помилки та їх попередження.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oksana BASHTOVENKO, Gennady YARCHUK, Viktoria ZVEKOVA, Kristina HANCHEVA, Vitalii SILAIEV, Svitlana STANIEVA Influence of Sports Games on Coordination Abilities of Adolescents as a Component of Physical Development: Neuropsychological Features. Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience <a href="https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247">https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247</a></li> <li>2. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>3. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynny-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynny-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати презентацію обсягом 10-15 слайдів:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Програма «Дитяча атлетика IAAF».</li> <li>2. Техніка і методика навчання легкоатлетичних вправ з особами зрілого віку.</li> <li>3. Аналіз основних помилок під час занять легкою атлетикою та їх попередження.</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p>

	1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a>
--	--

**Тема № 7. Аналіз та методика навчання техніки метання списа (гранати, м/м`яча).**

<b>Перелік питань і завдань, що вносяться на обговорення</b>	<b>Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси</b>
<p><i>Практичне заняття (4 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія розвитку та еволюція техніки метання списа (гранати, м/м`яча).</li> <li>2. Аналіз техніки (вихідне положення, розбіг, фінальне зусилля, збереження рівноваги після закінчення метання).</li> <li>3. Методика навчання техніки метання списа (гранати, м/м`яча) (завдання, засоби, методичні вказівки).</li> <li>4. Правила змагань з метання списа (гранати, м/м`яча) .</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В.1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа,128 с.</li> <li>2. Линець М. М.1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ: Олімпійська література, 326 с.</li> <li>4. Шиян Б. М.2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</li> <li>5. Шиян Б. М. 2001. Теорія та методика фізичного виховання школярів. Частина ІІ. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розвиток фізичних якостей у легкій атлетиці.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> </ol>



<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Основи управління тренувальним процесом у легкій атлетиці.</li> <li>3. Етапи підготовки легкоатлетів.</li> <li>4. Правила змагань з метання списа (гранати, м/м`яча).</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Лемешко В.Й. 2014 .Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів ЛДУФК. 248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
---	--

### Тема №8 Аналіз та методика навчання техніки стрибка у довжину

<p><i>Практичне заняття (4 год):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія виникнення стрибка у довжину.</li> <li>2. Аналіз техніки стрибка у довжину.</li> <li>3. Характеристика способів виконання стрибка у довжину.</li> <li>4. Методику навчання техніки стрибка у довжину (засоби, помилки та шляхи їх усунення).</li> <li>5. Основні правила змагань та вимоги до місць проведення стрибків у довжину.</li> <li>6. Основні аспекти підготовки до проведення змагань з легкої атлетики.</li> <li>7. Положення про змагання з легкої атлетики.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oksana BASHTOVENKO, Gennady YARCHUK, Viktoria ZVEKOVA, Kristina HANCHEVA, Vitalii SILAIEV, Svitlana STANIEVA Influence of Sports Games on Coordination Abilities of Adolescents as a Component of Physical Development: Neuropsychological Features. Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience <a href="https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247">https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247</a></li> <li>2. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>3. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК.248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи: Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основна документація змагань з легкої атлетики.</li> <li>2. Суддівство у легкій атлетиці.</li> <li>3. Організація і проведення оздоровчих заходів засобами легкоатлетичних вправ у різних групах населення.</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с..</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p>

	1. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a>
--	--

### Тема №9 Спеціальна фізична підготовка

<p><i>Практичне заняття (4 год):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вправи для розвитку фізичних якостей легкоатлетів.</li> <li>2. Вправи для розвитку швидкості, спритності та витривалості легкоатлетів.</li> <li>3. Вправи на розвиток уваги та периферійного зору, вправи на переключення уваги.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oksana BASHTOVENKO, Gennady YARCHUK, Viktoria ZVEKOVA, Kristina HANCHEVA, Vitalii SILAIEV, Svitlana STANIEVA Influence of Sports Games on Coordination Abilities of Adolescents as a Component of Physical Development: Neuropsychological Features. Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience <a href="https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247">https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247</a></li> <li>2. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>3. Лемешко В.Й. 2014 .Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> <li>4. Попов В.Б. 2002. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. Москва: 208 с.</li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи: Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекси ССВ, СБВ.СВМ для удосконалення фізичних якостей легкоатлетів.</li> <li>2. Рухливі ігри, естафети для розвитку координаційних та кондиційних здібностей.</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів,106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> <li>3. Попов В.Б.2002. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. Москва 208 с.</li> </ol>

### Тема №10 Основні правила змагань з легкоатлетичних видів

<p><i>Практичне заняття (2 год):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Організація навчально-</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Конестяпіна В.Г., Лемешка В.Й.,</li> </ol>
--	--



<p>тренувальної та змагальної діяльності у легкій атлетиці.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Організація і проведення змагань. Значення змагань.</li> <li>3. Роль тренера в організації процесу змагань.</li> <li>4. Вимоги до місць змагань та інвентарю.</li> <li>5. Планування та види змагань.</li> <li>6. Складання звіту про проведення змагань.</li> <li>7. Основні правила змагань з ходьби, бігу, стрибків та метань.</li> </ol>	<p>Дацківа П.П., Прокопенка В.І., Чорненької Г.В. 2011. Легка атлетика: правила змагань на 2010-2011 рр.. Львів.: ЛДУФК, 258 с.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Конестяпіна В.Г., Дацківа П.П., Чорненької Г.В. 2006. Легка атлетика: теорія, навчання, тренування. Львів: СПОЛОМ, 2006. 180 с. </li></ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Платонов В.М., Булатова М.М.1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник .Київ.: Олімпійська література, 326 с.</li> <li>2. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</li> <li>3. Шиян Б. М.2002. Теорія та методика фізичного виховання школярів. Частина ІІ. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 248 с.</li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i>  <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Роль тренера в організації процесу змагань.</li> <li>2. Вимоги до місць змагань та інвентарю.</li> <li>3. Основні правила змагань з ходьби, бігу, стрибків та метань..</li> <li>4. Планування та види змагань.</li> <li>5. Складання звіту про проведення змагань.</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В.Й., Дацків П.П., Прокопенко В.І., Чорненька Г.В 2011..Легка атлетика: правила змагань на 2010-2011 рр.. За ред.: Львів.: ЛДУФК 258 с.</li> <li>2. Дацків П.П., Чорненька Г.В. 2006. Легка атлетика: теорія, навчання, тренування. Львів: СПОЛОМ,180 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Платонов В.М., Булатова М.М.1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник .Київ: Олімпійська література,326 с.</li> <li>2. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</li> <li>3. Шиян Б. М.2002. Теорія та методика фізичного виховання школярів. Частина ІІ. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 248 с.</li> </ol>

## Заочна форма навчання

### Тема № 1. Вступ в дисципліну «Легка атлетика з методикою викладання». Історія розвитку легкої атлетики.

Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p><i>Лекція (2год):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Визначення та зміст дисципліни.</li> <li>2. Завдання дисципліни та місце легкої атлетики в системі фізичного виховання.</li> <li>3. Класифікація і термінологія.</li> <li>4. Історія розвитку легкої атлетики.</li> <li>5. Становлення та розвиток легкої атлетики в Україні.</li> <li>6. Організація вивчення дисципліни.</li> <li>7. Контрольні нормативи та залікові вимоги.</li> <li>8. Основна та допоміжна література.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф .2006. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В.1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля",97 с.</li> <li>4. Бизин В.П 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків: ОВС, 112 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М.1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., Булатова М.М .1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ: Олімпійська література,326 с.</li> <li>4. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина I. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynny-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynny-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Практичне заняття (2 год):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вимоги до обладнання та інвентарю.</li> <li>2. Особливості видів легкої атлетики.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф .2006. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів</li> </ol>

<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Системи проведення змагань.</li> <li>4. Техніка безпеки.</li> <li>5. Загальна фізична підготовка.</li> <li>6. Розвиток фізичних якостей: швидкості, сили, спритності, гнучкості, витривалості.</li> </ol>	<p>фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 424 с.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Ахметов Р. Ф .2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В.1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків: ОВС, 112 с. <i>Допоміжні матеріали.</i></li> <li>6. Волков Л.В .1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>7. Линець М. М. 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>8. Платонов В.М., Булатова М.М.1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ.: Олімпійська література,326 с.</li> <li>9. Шиян Б. М .2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи: Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія розвитку легкої атлетики.</li> <li>2. Історичний огляд виникнення та розвитку легкої атлетики в Україні.</li> <li>3. Розвиток легкої атлетики від Стародавньої Греції до сьогодення.</li> <li>4. Розвиток легкої атлетики на території України в різні часи.</li> <li>5. Успіхи українських легкоатлетів на Олімпійських іграх.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артюшенко О. Ф. 2006. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф .2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка. 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение</li> </ol>

<p><i>Терміни виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять</i></p>	<p>легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</p> <p>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків : ОВС, 112 с.</p> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <p>1. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа, 128 с.</p> <p>2. Линець М. М. 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</p> <p>3. 4 Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ: Олімпійська література, 326 с.</p> <p>4. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</p>
--	---

**Тема № 2. Діяльність міжнародних та українських організацій, які займаються розвитком легкої атлетики.**

<p><b>Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення</b></p>	<p><b>Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси</b></p>
<p><i>Практичне заняття (2год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Фазова структура рухів.</li> <li>2. Поняття СБВ, ССВ, СВМ.</li> <li>3. Психологічна підготовка легкоатлета.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артющенко О. Ф. 2006 .Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артющенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В. 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків : ОВС, 112 с.</li> <li>6. Жордочко Р. В., Поліщук В. Д. 1994 .</li> </ol>

	<p>Легка атлетика. Київ.: Здоров'я, <i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ: Вежа, 128 с.</li> <li>2. Линець М. М. 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>3. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ.: Олімпійська література, 326 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i>  <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техніка легкоатлетичних видів.</li> <li>2. Методика навчання та вдосконалення технічних прийомів.</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Артющенко О. Ф. 2006. Легка атлетика : навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. культури / О. Ф. Артющенко, А. І. Стеценко. Черкаси : Вид. Вовчок О. Ю., 424 с.</li> <li>2. Ахметов Р. Ф. 2010. Легка атлетика: Підручник / Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 320 с.</li> <li>3. Бачинський Й. В. 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Таля", 97 с.</li> <li>4. Бизин В.П. 1995. Обучение легкоатлетическим метаниям. Харьков: Основа, 172 с.</li> <li>5. Гогін О. В. 2001. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. / О. В. Гогін. Харків: ОВС, 112 с.</li> <li>6. Жордочко Р. В., Поліщук В. Д. 1994. Легка атлетика. Київ.: Здоров'я, . <i>Допоміжні матеріали.</i></li> <li>7. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>8. Линець М. М 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>9. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ: Олімпійська література, 326 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>8. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/</a></li> </ol>

### Тема № 3. Класифікація видів легкої атлетики.

Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p><i>Практичне заняття (2 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техніка і методика навчання легкоатлетичних видів спорту.</li> <li>2. Класифікація та загальна характеристика алегкоатлетичних вправ.</li> <li>3. Вплив легкоатлетичних вправ на організм людини.</li> <li>4. Попередження помилок техніки навчання легкоатлетичних вправ..</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Криличенко О.В. 2012. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб./ О.В. Криличенко, О.І. Форостян .Київ.: Олімп. л- ра, 108 с.</li> <li>2. Кутек Т. Б .2014. Сучасна спортивна підготовка кваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються в легкоатлетичних стрибках: Монографія. Житомир. : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 280 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>4. Линець М. М. 1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>5. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ: Олімпійська література, 326 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Інституційний репозитарій іДГУ <a href="http://lib.idgu.edu.ua/instytutsiyny-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/instytutsiyny-repozytoriy/</a></li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Техніка і методика навчання легкоатлетичних видів спорту.</li> <li>2. Класифікація та загальна характеристика алегкоатлетичних вправ.</li> <li>3. Вплив легкоатлетичних вправ на організм людини.</li> <li>4. Попередження помилок техніки навчання легкоатлетичних вправ..</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Криличенко О.В. 2012. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб./ О.В. Криличенко, О.І. Форостян Київ.: Олімп. л- ра, 108 с.</li> <li>2. Кутек Т. Б. 2014. Сучасна спортивна підготовка кваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються в легкоатлетичних стрибках: Монографія. Житомир. : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 280 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Волков Л.В. 1997. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. Київ.: Вежа, 128 с.</li> <li>4. Линець М. М.1997. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 207 с.</li> <li>5. Платонов В.М., Булатова М.М.1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч.</li> </ol>

	<p>Посібник.Київ.: Олімпійська література,326 с.</p> <p><i>Ресурси</i></p> <p>2. Інституційний репозитарій іДГУ  <a href="http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/</a></p>
--	--

**Тема № 4. Особливості проведення навчально-тренувальних занять з легкої атлетики з різними віковими групами.**

<b>Перелік питань і завдань, що вноситься на обговорення</b>	<b>Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси</b>
<p><i>Практичне заняття (2 год.):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Організація та проведення занять легкою атлетикою з дітьми, підлітками та юнаками. Програма «Дитяча атлетика IAAF».</li> <li>2. Використання легкоатлетичних засобів з особами зрілого віку.</li> <li>3. Особливості проведення занять легкою атлетикою з людьми похилого віку.</li> <li>4. Особливості проведення занять легкою атлетикою з жінками.</li> <li>5. Основні помилки та їх попередження.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Oksana BASHTOVENKO, Gennady YARCHUK, Viktoria ZVEKOVA, Kristina HANCHEVA, Vitalii SILAIEV, Svitlana STANIEVA Influence of Sports Games on Coordination Abilities of Adolescents as a Component of Physical Development: Neuropsychological Features. Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience <a href="https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247">https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247</a></li> <li>2. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів, 106 с.</li> <li>3. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів., ЛДУФК. 248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <p>2. Інституційний репозитарій іДГУ  <a href="http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/</a></p>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i></p> <p><i>Підготувати презентацію обсягом 10-15 слайдів:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Програма «Дитяча атлетика IAAF».</li> <li>2. Техніка і методика навчання легкоатлетичних вправ з особами зрілого віку.</li> <li>3. Аналіз основних помилок під час занять легкою атлетикою та їх попередження.</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів // В. Й. Лемешко / метод. посіб. Львів., 106 с.</li> <li>2. Лемешко В.Й. 2014. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання та виховання студентів вищих навчальних закладів / Лемешко В.Й., Приставський Т.Г., Дух Т.І., Львів, ЛДУФК. 248 с.</li> </ol> <p><i>Ресурси</i></p> <p>2. Інституційний репозитарій іДГУ  <a href="http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/">http://lib.idgu.edu.ua/instytsiynyy-repozytoriy/</a></p>

## Тема № 5. Основні правила змагань з легкоатлетичних видів

<p><i>Практичне заняття (2 год):</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Організація навчально-тренувальної та змагальної діяльності у легкій атлетиці.</li> <li>2. Організація і проведення змагань. Значення змагань.</li> <li>3. Роль тренера в організації процесу змагань.</li> <li>4. Вимоги до місць змагань та інвентарю.</li> <li>5. Планування та види змагань.</li> <li>6. Складання звіту про проведення змагань.</li> <li>7. Основні правила змагань з ходьби, бігу, стрибків та метань.</li> </ol>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешка В.Й., Дацківа П.П., Прокопенка В.І., 2011. Легка атлетика: правила змагань на 2010-2011 рр.. Львів.: ЛДУФК, 258 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ: Олімпійська література, 326 с.</li> <li>2. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</li> <li>3. Шиян Б. М. 2002. Теорія та методика фізичного виховання школярів. Частина ІІ. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 248 с.</li> </ol>
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Роль тренера в організації процесу змагань.</li> <li>2. Вимоги до місць змагань та інвентарю.</li> <li>3. Основні правила змагань з ходьби, бігу, стрибків та метань..</li> <li>4. Планування та види змагань.</li> <li>5. Складання звіту про проведення змагань.</li> </ol> <p><i>Термін виконання: за один тиждень до закінчення практичних занять.</i></p>	<p><i>Рекомендовані джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лемешка В.Й., Дацківа П.П., Прокопенка В.І., 2011. Легка атлетика: правила змагань на 2010-2011 рр.. Львів.: ЛДУФК, 258 с.</li> </ol> <p><i>Допоміжні матеріали.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ: Олімпійська література, 326 с.</li> <li>5. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.</li> <li>6. Шиян Б. М. 2002. Теорія та методика фізичного виховання школярів. Частина ІІ. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 248 с.</li> </ol>

## 6. Політика курсу.

### Політика щодо відвідування академічних занять.

Згідно з «Положенням про порядок оцінювання рівня навчальних досягнень студентів в умовах ЄКТС в ІДГУ» студенти мають обов'язково бути присутніми на семінарських



заняттях. Студент, який з поважних причин, підтверджених документально, не мав був відсутній на семінарському занятті, має право на відпрацювання у двотижневий термін після повернення до навчання. Студент, який не використав надане йому право у встановлений термін або пропустив заняття без поважних причин, отримує за кожне пропущення заняття 0 балів. Студенти, які навчаються за індивідуальним графіком, мають в повному обсязі виконати додаткові індивідуальні завдання, попередньо узгодивши їх з викладачем. Присутність на модульній контрольній роботі є обов'язковою. У випадку відсутності студента на проміжному контролі з поважної причини, підтвердженої документально, йому призначається інша дата складання модульної контрольної роботи.

### **Політика академічної доброчесності**

Студенти мають дотримуватись правил академічної доброчесності відповідно до «Кодексу академічної доброчесності ІДГУ». Наявність академічного плагіату в студентських доповідях є підставою для виставлення негативної оцінки. Списування студентів під час проведення модульної контрольної роботи є підставою для дострокового припинення її складання та виставлення негативної оцінки.

**Політика оцінювання** (усних повідомлень і практичних завдань із питань курсу, аналізу наукової й навчально-методичної літератури, самостійна робота за темами, виконання завдань і т. ін.) здійснюється з позицій дотримання академічної доброчесності, ґрунтоване на чинних нормативних документах.

## **7. Проміжний і підсумковий контроль.**

**Форма проміжного контролю:** Модульна контрольна робота

**Зразок модульної контрольної роботи:**

Модульна контрольна робота проводиться в письмовій формі та включає два теоретичні питання, відповіді на які дають можливість оцінити рівень оволодіння теоретичним матеріалом.

1. Класифікація видів легкої атлетики.
2. Аналіз частин техніки стрибка у довжину.

**Форма підсумкового контролю:** залік

**Перелік питань для підготовки до екзамену:** : не передбачено навчальним планом.

## **8. Критерії оцінювання результатів навчання.**

**Шкала та схема формування підсумкової оцінки**

*Переведення підсумкового балу за 100-бальною шкалою оцінювання в підсумкову оцінку за традиційною шкалою*

<b>Підсумковий бал</b>	<b>Оцінка за традиційною шкалою</b>
51-100	зараховано
1-50	не зараховано

### **Схема розподілу балів**

<b>Максимальна кількість балів</b>	<b>70 балів</b> (поточний контроль) – середньозважений бал оцінок за відповіді на семінарських заняттях та виконання індивідуальних завдань, який переводиться у 100-бальну шкалу з ваговим коефіцієнтом.0,7	<b>30 балів</b> (проміжний контроль) – за результатами виконання модульної контрольної роботи
------------------------------------	--	---

<b>Мінімальний пороговий рівень</b>	<b>35 балів</b> (поточний контроль)	<b>16 балів</b> (проміжний контроль)
-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

Підсумкова оцінка виставляється за результатами поточного та проміжного контролю. Під час поточного контролю оцінюються відповіді студента на семінарських заняттях та результати самостійної роботи. Нарахування балів за поточний контроль відбувається відповідно до

[«Положення про порядок оцінювання рівня навчальних досягнень студентів в умовах ЄКТС в ІДГУ»](#).

### Критерії оцінювання під час аудиторних занять

<b>Оцінка</b>	<b>Критерії оцінювання навчальних досягнень</b>
<b>5 балів</b>	Оцінюється робота студента, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу, вільно послуговується науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки.
<b>4 бали</b>	Оцінюється робота студента, який достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, в основному розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу, розв'язує задачі стандартним способом, послуговується науковою термінологією. Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки.
<b>3 бали</b>	Оцінюється робота студента, який відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень, записує основні формули, рівняння, закони. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, не користується необхідною літературою, допускає істотні неточності та помилки.
<b>2 бали</b>	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни, не розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань.
<b>1 бал</b>	Оцінюється робота студента, який не в змозі викласти зміст більшості питань теми та курсу, володіє навчальним матеріалом на рівні розпізнавання явищ, допускає істотні помилки, відповідає на запитання, що потребують однослівної відповіді.
<b>0 балів</b>	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом та не в змозі його висвітлити, не розуміє змісту теоретичних питань та практичних завдань.

**Критерії оцінювання індивідуальних завдань**

Вид	Максимальна кількість балів
Презентація навчального матеріалу	5
Доповідь	5
Реферат	5

Критеріями оцінювання доповіді є вміння студента стисло визначати ключові позиції, які викладені у проблематики обраної теми.

Оцінювання реферату здійснюється за такими критеріями: самостійність та оригінальність дослідження, виконання поставлених автором завдань, здатність здійснювати узагальнення на основі опрацювання теоретичного матеріалу та відсутність помилок при оформленні цитування й посилань на джерела.

Критеріями оцінювання презентації є її відповідність змісту доповіді студента за матеріалами дослідження та оригінальність візуального представлення.

**Критерії оцінювання модульної контрольної роботи**

Критерії оцінки успішності відповідають навчальній програмі й найбільш важливим вимогам до знань студентів: відповіді повинні бути повними, логічними, доказовими.

Максимальна кількість балів за відповідь на 1 питання складає 15 балів. Критеріями оцінювання є: повнота відповіді, здатність критичного аналізу теоретичного матеріалу, вміння наводити аргументи та робити висновки.

**Критерії оцінювання під час підсумкового контролю**

Підсумкова оцінка виставляється за результатом поточного та проміжного контролю.

Викладач



викл. Станєва С.В.

Затверджено на засіданні кафедри фізичної культури, біології та основ здоров'я  
 Протокол № 7 від « 11 » січня 2022р.

Завідувач кафедри



доц .Баштовенко О.А.