



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

СИЛАБУС
навчальної дисципліни

Легка атлетика з методикою навчання
(назва)

1. Основна інформація про дисципліну

Тип дисципліни: вибіркова Форма контролю: залік

Освітній ступінь: бакалавр

Для спеціальності: 017 Фізична культура і спорт

Обмеження для вибору: відсутні

Кількість кредитів (годин): для денної форми: 4 (120 год.:10 - лекції; 38 - практичні; 72 - самостійна робота); для заочної форми навчання: (2 - лекції; 10 - практичні; 108 - самостійна робота)

Мова викладання: українська

Презентаційні матеріали:

https://docs.google.com/presentation/d/1eNeuUWSdcIs_N13ZAG8hZE1d71BQJsy6/edit#slide=id.p1

2. Інформація про викладача

ПІБ: Станєва Світлана Василівна

Науковий ступінь, вчене звання, посада: викладач

Кафедра: фізичного виховання, спорту та здоров'я людини

Робочій e-mail: stanevasvetlana675@gmail.com

Години консультацій на кафедрі: понеділок 15.00 – 16.00 годин

3. Цілі дисципліни та результати навчання

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

Мета дисципліни «Легка атлетика з методикою навчання» 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

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.

Результати навчання

Знання: загальних питань системи знань із загальної теорії і методики спортивної підготовки з легкої атлетики з різнимі 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:

- складати 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.

4. Зміст дисципліни

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

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

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

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

Тема № 5 Класифікація видів легкої атлетики.

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

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

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

Тема № 9. Спеціальна фізична підготовка.

Тема №10. Основні правила змагань з легкоатлетичних видів.

5. Політика курсу

Відвідування навчальних 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.

Академічна доброчесність.

Студенти мають дотримуватися правил академічної доброчесності відповідно до «Кодексу академічної доброчесності та корпоративної етики 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.

Використання технологій штучного інтелекту не передбачено

6. Контрольні заходи та критерії оцінювання

Шкала та схема формування підсумкової оцінки

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

Підсумковий бал	Оцінка за традиційною шкалою
90-100	зараховано
70-89	
51-69	
26-50	не зараховано
1-25	

Схема розподілу балів

Максимальна кількість балів	70 балів (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	30 балів (проміжний контроль) – за результатами виконання модульної контрольної роботи
------------------------------------	--	---

Мінімальний пороговий рівень	35 балів (поточний контроль)	16 балів (проміжний 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

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

Оцінка	Критерії оцінювання навчальних досягнень
5 балів	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.
4 бали	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.
3 бали	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.
2 бали	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.
1 бал	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.
0 балів	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом та не в змозі його висвітлити, не розуміє змісту теоретичних питань та практичних завдань.

Критерії оцінювання завдань самостійної роботи

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.

7. Основна література та інформаційні ресурси

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.
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.
3. Бачинський Й. В. 1996. Легка атлетика. Львів: Друкарня фірми "Талія", 97 с.
4. Гогін О. В. 2000. Легка атлетика : курс лекцій для студ. ф-ту фіз. виховання пед. навч. закл. Харків : ОВС. 112 с.
5. Жордочко Р. В., Поліщук В. Д. 1994. Легка атлетика. Київ.: Здоров'я,
6. Захожа Н. Я. Легка атлетика у фізичному вихованні студентів [Текст].

7. Лемешко В. Й. 2011. Методика навчання легкоатлетичних видів. метод. посіб. Львів, 106 с.
8. 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.
9. Линець М. М. 1996. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів:Штабар, 207 с.
10. Платонов В.М., Булатова М.М. 1995. Фізична підготовка спортсмена: Навч. Посібник. Київ.: Олімпійська література, 326 с.
11. Шиян Б. М. 2001. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 272 с.
12. Шиян Б. М .2002. Теорія та методика фізичного виховання школярів. Частина ІІ. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 248 с.

Інтернет ресурси:

1. Баштовенко О., Станєва С.Проблеми організації дистанційного навчання з фізичної культури в закладах освіти. Науковий вісник ІДГУ. № 53 (2021) С.9-22.
<http://visnyk.idgu.edu.ua/index.php/nv/article/view/452>
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
<https://doi.org/10.18662/brain/12.4/247>
3. Інституційний репозитарій ІДГУ
<http://lib.idgu.edu.ua/institutsiynyy-repozytoriy/>
4. Електронні книги для студентів <http://www.ifvs.npu.edu.ua/>.

Затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я людини
Протокол № 5 від «9» «01» 2024 р.