



Силабус навчальної дисципліни
«Теорія і методика викладання легкої атлетики»

Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>
Освітня програма	<i>Фізична культура і спорт</i>
Освітній рівень	<i>перший (бакалаврський)</i>
Статус дисципліни	<i>Обов'язкова</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
Курс / семестр	<i>1 курс; 2 семестр</i>
Кількість кредитів ЄКТС	<i>5</i>
Розподіл за видами занять та годинами навчання	<i>Лекції – 12 год.</i>
	<i>Практичні – 48 год.</i>
	<i>Самостійна робота – 90 год.</i>
Форма підсумкового контролю	<i>екзамен</i>
Кафедра	<i>Фізичної культури та спорту, Каб. 144, корпус Ц, https://nupp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.htm</i>
Викладач (-і)	<i>Жалій Руслан Васильович, к.пед.н.,ст.викладач</i>
Контактна інформація викладача	<i>e-mail: tamara_nagorna@ukr.net avg2901ne@gmail.com</i>
Дні занять	<i>За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу</i>
Консультації	<i>аудиторія 143 Ц відповідно до графіку</i>
Мета навчальної дисципліни – практичне і теоретичне опанування студентами знаннями та вміннями, професійно-педагогічними навичками, необхідними для самостійної роботи в усіх підрозділах сфери діяльності фахівця з фізичної культури та спорту; використання оздоровчої та виховної цінності цієї дисципліни; засвоєння студентами основних знань з техніки виконання легкоатлетичних вправ, методики навчання легкоатлетичним вправам, методики тренування та правил проведення змагань з легкої атлетики, а також оволодіння методикою проведення оздоровчих занять з використанням легкоатлетичних вправ.	



Програмні результати навчання

ПРН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

ПРН 8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

ПРН 9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.

ПРН 13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

ПРН 14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.

ПРН 15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.

ПРН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

ПРН 23. Застосовувати засоби різних видів спорту при проведенні занять фізкультурнооздоровчого спрямування.

Передумови для навчання

Попередньо опановані дисципліни: «Анатомія людини», «Фізіологія людини з основами вікової фізіології».

Індивідуальне завдання

не передбачено

Зміст навчальної дисципліни

Тема 1. Основи техніки легкоатлетичних вправ. **Тема 2.** Основи навчання і спортивного тренування у легкій атлетиці. **Тема 3.** Методика навчання видів легкої атлетики і техніка вправ.

**Сторінка курсу на
платформі Moodle**

<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=5343>



Рекомендовані джерела

1. Артюшенко О. Ф. Легка атлетика. Теорія і методика викладання: навч. посіб. Черкаси: БрамаУкраїна, 2008. 632 с.
2. Артюшенко О. Ф., Стеценко А. І. Легка атлетика: навч.-метод. посіб. для студентів і викладачів факультетів фіз. культури пед. інститутів та університетів. Черкаси: Вид. Вовчок О. Ю., 2006. 424 с.
3. Гамалій В. В. Біомеханічні аспекти техніки рухових дій у спорті: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. К.: Наук. світ, 2007. 212 с.
4. Гета А. В. Курс лекцій з дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики». Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. 101 с.
5. Гета А. В. Навчально-методичний посібник до самостійної роботи студентів з дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики»: навчально-методичний посібник для студентів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. 127 с.
6. Легка атлетика та методика викладання: підручник для інститутів фіз. культури / [під ред. О. В. Колодія, Є. М. Лутковського, В. В. Ухова]. Х., 2015. 272 с.
7. Легка атлетика: підручник / [Аврутін С. Ю., Артюшенко А. Ф., Беца Н. Н. та ін; за заг. ред. В. І. Бобровника, С. П. Совенко, А. В. Колота]. К.: Логос, 2017. 759 с.
8. Ліщенко В. Є. До побудови багаторічного тренування висококваліфікованих спортсменів / Теорія та практика фіз. культури, 2017. № 3. С. 21, 22.
9. Максименко Г. Н., Бочаров Т. П. Теоретико-методологічні засади підготовки юних легкоатлетів. Луганськ: Альмаматер, 2007. 394 с.
10. Методика тренування у легкій атлетиці: навч. посібник / [під заг. ред. В. А. Соколова та ін]. К., 2014. 504 с.
11. Сахновський К. П., Озімек М. Сучасні аспекти структури багаторічної підготовки легкоатлетів / Теорія і методика фіз. виховання і спорту, 2004. № 2. С. 50–54.

Система оцінювання результатів навчання

За результатами поточного контролю протягом семестру студент може отримати максимально 50 балів, за результатами підсумкового контролю – 50 балів. Студент, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку (не менше 25 балів), допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі.

Накопичування балів з навчальної дисципліни

Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Робота на заняттях та виконання практичних завдань	50
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90 - 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	задовільно
60 - 63	E	



35 - 59	FX	незадовільно
1 - 34	F	
Політика навчальної дисципліни		
Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій і практичних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом. Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань повинно демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату. Присутність здобувачів вищої освіти на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою, важливою також є їх участь в обговоренні всіх питань теми. Пропущені заняття мають бути відпрацьовані. Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни й часових (строкових) параметрів навчального процесу.		
Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у робочій програмі навчальної дисципліни https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=5343		

Силабус затверджений на засіданні кафедри фізичної культури та спорту
28 серпня 2024 р. Протокол № 2