ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені Івана Боберського

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ, СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНЕ ВДОСКОНАЛЕННЯ»

Освітній ступінь – бакалавр

Галузь знань: 01 – Освіта/ Педагогіка

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

Освітня програма: 017 Фізична культура і спорт різних груп населення

Кількість кредитів – 9 – загальна кількість – 270 год., із них: аудиторних – 192 год., самостійної роботи студента – 78 год.

Рік підготовки, семестр – IVрік підготовки (7 та 8 семестр)

Компонент освітньої програми: вибіркова

Дні занять: відповідно до розкладу.

Консультації: відповідно до графіку навчального процесу.

Мова викладання: українська

Керівник курсу

ПІП: канд. пед. наук, доц. Конестяпін В.Г.

Контактна інформація – тел. 032-276-84-06, e-mail la@ldufk.edu.ua

Опис дисципліни

Сучасний стан освіти вимагає високої професійної підготовленості тренерів з питань фізичної культури і спорту для підготовки різних груп населення. Цей курс поглиблює знання студентів з “Теорії і методики обраного виду спорту, спортивно-педагогічне вдосконалення»” – однієї з профілюючих дисциплін у професійній підготовці здобувачів вищої освіти з фізичної

культури і спорту, сприяє розвитку професійної майстерності та професійної кваліфікації тренерів.

Мета навчальної дисципліни – формування у студентів стійкого інтересу до майбутньої професії, надання комплексу необхідних знань, умінь і навичок з видів легкої атлетики. Підвищення спортивної майстерності в обраній спеціалізації, а також формування базових професійних знань, вмінь та практичних навичок, які забезпечують підготовку фахівця з обраного виду легкої атлетики.

Завданнями дисципліни є: вивчити теорію, методику навчання видів легкої атлетики; опанувати техніку видів легкої атлетики; підвищити рівень фізичної підготовленості; скласти контрольні нормативи; вивчити правила та вимоги до організації змагань з видів легкої атлетики; оздоровлення студентів.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати теорію та методику легкої атлетики, основи організації, проведення та управління змагальною та тренувальною діяльністю легкоатлетів, особливості проведення навчально-тренувальних занять з різними віковими групами.

Вміти технічно правильно виконувати різновиди бігу, стрибків, метань та скласти контрольні нормативи; застосовувати у практичній діяльності одержані знання, використовувати сучасні засоби і методи спортивного тренування в підготовці спортсменів до участі в змагальній діяльності.

Пререквізити. Вивчення цієї дисципліни базується на знаннях з курсів анатомії, фізіології, біохімії, педагогіки, психології, гігієни фізичного виховання та низки інших курсів; органічно поєднується з педагогічною практикою студентів, яка передбачає удосконалення організаційних і практичних навичок студентів. Вивчення курсу неможливе без освоєння загальних положень теорії і методики фізичного виховання, основ спортивних тренувань і загальної теорії підготовки спортсменів та даних медико-біологічних дисциплін про принципи функціонування і розвитку людського організму. Обов’язковим є володіння знаннями з тем: «Характеристика видів легкої атлетики. Оздоровче значення легкоатлетичних вправ», «Аналіз техніки та методика навчання легкоатлетичних вправ», «Організація та проведення змагань з легкої атлетики.

Основні правила змагань з легкоатлетичних видів», «Основи підготовки легкоатлетів», «Методика тренування легкоатлетів бігунів, стрибунів та метальників», «Багаторічне тренування легкоатлетів», «Контроль в легкій атлетиці», «Методи наукових досліджень в легкій атлетиці».

Постреквізити. Студенти здобудуть компетентності, важливі для професійної кваліфікації здобувача вищої освіти рівня бакалавр.

Навчальний контент

	Теми	*Результати навчання*
IV рік навчання (7 семестр), Модуль 7		
1.	Відбір та спортивна орієнтація в легкій атлетиці. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Значення спортивного відбору у легкій атлетиці. • Етапи, основні завдання і критерії спортивного відбору. • Фактори, що обумовлюють спортивний результат в легкій атлетиці та їх використання в процесі відбору.
2.	Основи підготовки легкоатлетів. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Складові спортивної підготовки легкоатлетів (фізичну підготовку, технічну підготовку, тактичну підготовку, психологічну підготовку, морально-вольову підготовку, теоретичну підготовка). • Принципи спортивного тренування. • Засоби та методи спортивного тренування. • Особливості спортивного удосконалення.
3.	Мікро, мезо та макроструктура підготовки легкоатлетів. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Структура річної підготовки легкоатлетів. • Мета, завдання і зміст періодів макроциклу. • Мезоцикли, їх типи, структура і зміст • Поєднання мікроциклів у мезоциклі. • Особливості побудови мезоциклів у тренуванні жінок.
4.	Фізична підготовка в обраному виді легкої атлетики • Практичні заняття (робота в малих групах)	Знати: • Основи методики фізичної підготовки спортсменів в обраному виді легкої атлетики. • Основні засоби та методи розвитку окремих фізичних якостей в обраному виді легкої

	• Самостійна робота студента	атлетики. • Контроль фізичної підготовленості в обраному виді легкої атлетики.
5.	Вивчення та вдосконалення в техніці обраного виду легкої атлетики. • Практичні заняття (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Основи методики технічної підготовки в обраному виді легкої атлетики. • Засоби та методи технічної підготовки в обраному виді легкої атлетики. • Удосконалення в техніці обраного виду легкої атлетики з застосуванням отриманих знань у навчально-тренувальних заняттях та змагальній діяльності. • Контроль технічної підготовленості в обраному виді легкої атлетики.
6.	Тактична та психологічна підготовка легкоатлетів в обраному виді. • Практичні заняття (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Тактичні варіанти, які застосовуються в навчально-тренувальних та змагальних ситуаціях, різнобічність тактики • Управління передстартовими станами для досягнення найвищого спортивного результату • Контроль психічної та тактичної підготовленості в обраному виді легкої атлетики.
7.	Організація та проведення змагань з легкої атлетики • Суддівські курси	Знати: • Структуру та зміст змагальної діяльності • Формування кошторису, програми та календаря змагань • Основні вимоги до складання регламенту про змагання • Вимоги до місця проведення та інвентарю
8.	Суддівство змагань з легкої атлетики	Знати правила змагань зі спортивної ходьби, бігу, стрибків, метань та багатобортсв.
IV рік навчання (8 семестр)		
9.	Багаторічне тренування легкоатлетів. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Етап початкової підготовки. • Етап попередньої базової підготовки. • Етап спеціальної базової підготовки. • Етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей. • Етап збереження вищої спортивної майстерності. • Етап поступового зниження спортивних результатів і виходу зі спорту вищих досягнень.

10.	Методика тренування легкоатлетів- бігунів. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Модельні характеристики легкоатлетів-бігунів на короткі дистанції. • Основні фізичні якості бігунів на короткі дистанції та методику їх розвитку. • Засоби технічної підготовки бігунів. • Обсяг основних засобів тренування і побудову річного тренування спринтерів. • Методику тренування бігунів на витривалість. • Планування річного циклу тренувального процесу бігунів на витривалість.
11.	Методика тренування легкоатлетів-стрибунів. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Модельні характеристики легкоатлетів-стрибунів. • Основні фізичні якості стрибунів та методику їх розвитку. • Засоби технічної підготовки стрибунів. • Обсяг основних засобів тренування і побудову річного тренування стрибунів.
12.	Методика тренування легкоатлетів-метальників. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах • Самостійна робота студента	Знати: • Модельні характеристики легкоатлетів-метальників. • Основні фізичні якості легкоатлетів-метальників та методику їх розвитку. • Засоби технічної підготовки метальників. • Обсяг основних засобів тренування і побудову річного тренування метальників.
13.	Контроль в системі підготовки легкоатлетів. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Етапний, поточний та оперативний контроль. • Основні форми педагогічного контролю. • Комплексний контроль. • Особливості контролю у швидкісно-силових видах легкої атлетики. • Особливості контролю у видах легкої атлетики, які вимагають прояву витривалості.
14.	Методи наукових досліджень в легкій атлетиці. • Мультимедійна лекція • Семінар (робота в малих групах)	Знати: • Аналіз науково-методичної літератури. • Педагогічні методи дослідження. • Медико-біологічні методи дослідження. • Методи математичної статистики.

	• Самостійна робота студента	
15.	Фізична підготовка в обраному виді легкої атлетики • Практичні заняття (робота в малих групах • Самостійна робота студента	Знати: • Основи методики фізичної підготовки спортсменів в обраному виді легкої атлетики. • Основні засоби та методи розвитку окремих фізичних якостей в обраному виді легкої атлетики. • Контроль фізичної підготовленості в обраному виді легкої атлетики.
16.	Вивчення та вдосконалення в техніці обраного виду легкої атлетики. • Практичні заняття (робота в малих групах) • Самостійна робота студента	Знати: • Основи методики технічної підготовки в обраному виді легкої атлетики. • Засоби та методи технічної підготовки в обраному виді легкої атлетики. • Удосконалення в техніці обраного виду легкої атлетики з застосуванням отриманих знань у навчально-тренувальних заняттях та змагальній діяльності. • Контроль технічної підготовленості в обраному виді легкої атлетики.
17.	Тактична та психологічна підготовка легкоатлетів в обраному виді. • Практичні заняття (робота в малих групах • Самостійна робота студента	Знати: • Тактичні варіанти, які застосовуються в навчально-тренувальних та змагальних ситуаціях, різнобічність тактики • Управління передстартовими станами для досягнення найвищого спортивного результату • Контроль психічної та тактичної підготовленості в обраному виді легкої атлетики.
18.	Організація та проведення змагань з легкої атлетики • Суддівські курси	Знати: • Структуру та зміст змагальної діяльності • Формування кошторису, програми та календаря змагань • Основні вимоги до складання регламенту про змагання • Вимоги до місця проведення та інвентарю
19.	Суддівство змагань з легкої атлетики • Суддівські курси	Знати правила змагань зі спортивної ходьби, бігу, стрибків, метань та багатобортсв.

Програмні компетентності
- Вміти технічно правильно виконувати види легкої атлетики, які входять до

складу семиборства (чоловіки), п’ятиборства (жінки).
- Скласти контрольні нормативи з видів легкої атлетики, які входять до складу семиборства (чоловіки), п’ятиборства (жінки).
- Застосовувати у практичній діяльності одержані знання, використовувати сучасні засоби і методи спортивного тренування в підготовці спортсменів до участі в змагальній діяльності.

Літературні джерела

Інтернет ресурси:

1. https://www.ldufk.edu.ua/
2. https://dek.ldufk.edu.ua/f-pedagog-osvity/kafedry/legkoyi-atletyky/
3. https://www.ldufk.edu.ua/struktura/kafedry/legkoyi-atletyky/
4. https://flalo.org.ua/
5. https://uaf.org.ua/
6. https://www.european-athletics.com
7. https://worldathletics.org/
8. https://www.elearning.worldathletics.org/

1. Андрес А.С., Лемешко В.Й. Легка атлетика у фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів III – IV рівнів акредитації: [навч. посіб.] - Л.: Видавництво «Добра справа», 2010 – 108 с.
2. Біомеханіка спорту : навчальний посібник для студентів вищих навч. закладів з фіз. виховання і спорту / А. М. Лапутін, В. В. Гамалій, О. А. Архипов [та ін.] ; ред. А. М. Лапутін. – Київ : Олімпійська література, 2001. – 320 с.
3. Бобровник В.І. Легка атлетика: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / В. І. Бобровник, С. П. Совенко, А. В. Колот. – К.: Логос, 2019. – 192 с.
4. Дух Т.І. Організація та методика взаємонавчання студентів у фізичному вихованні: навч.-метод. посіб. / Дух Т.І., Боднар І.Р., Лемешко В.Й. – Л. : ЛДУФК, 2012. – 168 с.
5. Дух Т.І., Лемешко В.Й., Дунець-Лесько А.В., Свищ Я.С. Легкоатлетичні горизонтальні стрибки: Навчально-методичний посібник / Львів : ЛДУФК, 2018. – 112 с.
6. Кондрацька Г.Д. Теорія і методика викладання легкої атлетики: Навчально-методичний посібник. – Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ

Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2012. – 222 с.

7. Легка атлетика: навч. посіб./ Свищ Я.С., Дунець-Лесько А.В., Дух Т.І. [та ін.]. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2022. – 304 с.

8. Легка атлетика: теорія і методика тренерської діяльності : підручник : у 2 кн. /Андрущенко Ю. М., Артюшенко О. Ф., Бех О. В., … Жданова О. М., Конестяпін В. Г., Свищ Я. С., Чеховська Л. Я. [та ін.] ; за заг. ред. Бобровника В. І., Совенко С. П., Колота А. В. – Київ : Олімп. л-ра, 2023. – Кн. 1. – 712 с.

9. Легка атлетика: теорія і методика тренерської діяльності : підручник : у 2 кн. / Андрущенко Ю. М., Артюшенко О. Ф., Бех О. В., … Жданова О. М., Конестяпін В. Г., Свищ Я. С., Чеховська Л. Я. [та ін.] ; за заг. ред. Бобровника В. І., Совенко С. П., Колота А. В. – Київ : Олімп. л-ра, 2023. – Кн. 2. – 608 с.

10. Легка атлетика: теорія, навчання, тренування. Збірка наукових праць легкоатлетів – випускників Львівського державного інституту фізичної культури за редакцією Конестяпіна В.Г., Дацьківат П.П., Черненької Г.В. Львів.: СПОЛОМ, 2006. – 180 с.

11. Лемешко В.Й. Методика навчання легкоатлетичним вправам: Навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту III-IV рівнів акредитації. – Львів: Видавництво ., «ЛНУ», 2011. – 106 с.

12. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів. Штабар. 1997. – 207 с.

13. Оптимізація фізичної та технічної підготовки у швидкісно-силових видах легкої атлетики : монографія / авт. кол.: Воронін Д.М. та ін.; за заг. Ред В. Конестяпіна та Я. Свища. – Львів : ЛДУФК, 2016. 220 с.

14. Платонов В.М., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена: Навчальний посібник. – К.: Олімпійська література. 1995. – 320 с.

15. Правила змагань з легкої атлетики ФЛАУ. 2024. – 181 с.

16. Приставський Т.Г, Лемешко В.Й, Дух Т.І. Легка атлетика-основа оздоровлення, навчання і виховання студентів вищих навчальних закладів: нвчальний посібник. 2-ге вид., доп. Львів: ЛДУФК, 2014. 248 с.

17. Приставський Т.Г., Лемешко В.Й., Дух Т.І. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання і виховання студентів вищих навчальних закладів: Навчально-методичний посібник з фіз. Виховання для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту III-IV рівнів акредитації. – Львів: ЛНУВМ та БТ ім. С.З. Гжицького, 2012. – 354 с.

18. Совенко С.П. Спортивна ходьба: навч. посіб. / С.П. Совенко, Ю.М. Андрущенко, А.В. Соломін, В.Є. Виноградов. – К.: ТОВ «НВФ» Славутич-Дельфін», 2018. – 144с.

19. Цільова комплексна програма з легкої атлетики видів витривалості.

Методичні рекомендації. Романчук С.І., Курбаков О.І., Величко О.І., Дух Т.І., Дунець-Лесько А.В. 2023. – 104 с.

20. Peter J L Thompson Introduction to coaching. The Official IAAF Guide to Coaching Athletics. International Association of Athletics Federations 17 rue Princesse Florestine, BP 359, MC98007, Monaco. – 228 p.

21. Peter Thompson Run! Jump! Throw! The Official IAAF Guide to Teaching Athletics. International Association of Athletics Federations 17 rue Princesse Florestine, BP 359, MC98007, Monaco, IAAF, 2009. – 252 p.

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів).
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали. За об'єктивних причин (наприклад: хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Політика оцінювання

Умови допуску до підсумкового контролю

- відвідування (або відпрацювання) не менше 2/3 занять;
- складання підсумкових тестів зі змістовних модулів
- виконання завдань самостійної роботи
- виконання завдань практичних занять.

Система оцінювання та вимоги

Загальна система оцінювання курсу. Оцінювання здійснюється відповідно до залікових вимог, які представлені у робочій навчальній програмі з дисципліни. Визначення оцінки здійснюється відповідно до прийнятої в університеті 100-бальної шкали.

Лекційні заняття. Лекції проходять у мульти-медіа супроводі. Проте презентації не будуть доступними для ознайомлення після лекційного заняття. Тому важливо робити записи під час лекційних занять. Це дозволить запамятати ключові деталі. Що найважливіше – дозволить зосередитися на найважливішій інформації, уважніше слухати і критично сприймати подану інформацію. Нотатки не повинні бути надто детальними. Вони повинні бути достатніми для відтворення інформації у пам'яті після лекції. Якщо ви не робили нотаток під час лекції, то очікується, що ви їх зробите під час самостійного вивчення конкретної теми. Тексти лекцій представлені в репозитарії (бібліотеки ЛДУФК імені Івана Боберського http://repository.ldufk.edu.ua).

Семінарські заняття. На семінарських заняттях обов'язково мати зошит, ручку. Для якісного засвоєння навчального контенту семінару важливо вчасно (до відповідної теми) виконати домашні письмові завдання. Розраховую на попередню підготовку до розгляду навчальних питань на семінарських заняттях і активну участь в дискусії під час їх обговорення (доповнення, аргументовані заперечення тощо – оцінюються такою ж кількістю балів як і сама відповідь).

Практичні заняття. На практичних заняттях обов'язково бути у спортивній формі. Студентам необхідно вміти технічно правильно виконувати види легкої атлетики, які входять до складу семиборства (чоловіки), п'ятиборства (жінки).

Скласти контрольні нормативи з видів легкої атлетики, які входять до складу семиборства (чоловіки), п'ятиборства (жінки).

Вимоги до самостійної роботи студента. Завдання для домашніх завдань, вимоги до них та терміни їх подання оголошують наприкінці кожної лекції, семінарського та практичного занять (репозитарій бібліотеки ЛДУФК імені Івана Боберського http://repository.ldufk.edu.ua).

Оцінювання відбувається відповідно до порядку (http://repository.ldufk.edu.ua).

Критерії оцінювання

У 7 модулі студенти можуть отримати 100 балів за такі види робіт:

ТіМОВС (максимальна кількість балів 50):

1.Участь у багатоборстві. Максимальна кількість балів – 30.

2. Контрольна робота. Максимальна кількість балів – 20.

СПВ (максимальна кількість балів 50):

50 балів:

Для студентів, які вдосконалюють свою спортивну майстерність, І розряд і вище (згідно єдиної спортивної класифікації України), участь у чемпіонаті України, Універсіадах області та України, кубку України з попаданням в очкову зону (юніори, заняті місця з 1 по 16; молодь та дорослі з 1 по 12 місця), наявність у списках збірної команди вузу ЛДУФК, ЛШВСМ, збірної України, відвідування додаткових занять з ТіМОВС/СПВ.

Для студентів, які забезпечують організацію, суддівство змагань та проведення позанавчальних культурно-масових заходів (не менше 5 заходів).

40 балів: І-ІІ розряд, участь у чемпіонаті України, Універсіадах області та України, всеукраїнських змаганнях; відвідування додаткових занять з ТіМОВС/СПВ, організація, суддівство змагань та проведення позанавчальних культурно-масових заходів (не менше 4 заходів).

25 балів: ІІ-ІІІ розряд**,** участь у чемпіонаті області, участь у кваліфікаційних змаганнях; організація, суддівство змагань та проведення позанавчальних культурно-масових заходів (не менше 3 заходів).

У 8 модулі студенти можуть отримати 100 балів за такі види робіт:

ТіМОВС (максимальна кількість балів 20):

1. Контрольна робота. Максимальна кількість балів – 20.

СПВ (максимальна кількість балів 30):

30 балів:

Для студентів, які вдосконалюють свою спортивну майстерність, І розряд і вище (згідно єдиної спортивної класифікації України), участь у чемпіонаті України, Універсіадах області та України, кубку України з попаданням в очкову зону (юніори, заняті місця з 1 по 16; молодь та дорослі з 1 по 12 місця),

наявність у списках збірної команди вузу ЛДУФК, ЛШВСМ, збірної України, відвідування додаткових занять з ТіМОВС/СПВ.

Для студентів, які забезпечують організацію, суддівство змагань та проведення позанавчальних культурно-масових заходів (не менше 5 заходів).

20 балів: І-ІІ розряд, участь у чемпіонаті України, Універсіадах області та України, всеукраїнських змаганнях; відвідування додаткових занять з ТіМОВС/СПВ, організація, суддівство змагань та проведення позанавчальних культурно-масових заходів (не менше 4 заходів).

10 балів: ІІ-ІІІ розряд**,** участь у чемпіонаті області, участь у кваліфікаційних змаганнях; організація, суддівство змагань та проведення позанавчальних культурно-масових заходів (не менше 3 заходів).

2. Складання іспиту. Максимальна кількість балів – **50.**

Модуль 7

Контрольні нормативи

Вид/бали	30	20	15	10
П'ятиборство (жін.): Стрибок у висоту, штовхання ядра 3 кг, біг 200 м, стрибок у довжину, біг 800 м	**1700**	**1400**	**1200**	Завершення всіх видів програми
Семиборство (чол.): біг 100 м, стрибок у довжину, штовхання ядра 6 кг, стрибок у висоту, біг 400 м, метання списа, біг 1500 м	**2500**	**2100**	**1600**	Завершення всіх видів програми

Шкала оцінювання результатів підсумкового контролю (національна та ECTS)

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90 – 100	A	відмінно
82-89	B	добре
75-81	C	
68-74	D	задовільно
61-67	E	
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання

0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Завдання для підсумкового контролю

1. Розвиток легкої атлетики від Стародавньої Греції до сьогоднішніх днів.
2. Стан та перспективи розвитку легкої атлетики у світі та в Україні.
3. Розвиток легкої на території України у різні часи.
4. Виступи українських легкоатлетів на міжнародній арені.
5. Класифікація та загальна характеристика легкоатлетичних вправ.
6. Діяльність міжнародних та українських організацій, які займаються розвитком легкої атлетики.
7. Аналіз техніки спортивної ходьби.
8. Аналіз техніки бігу на середні та довгі дистанції.
9. Аналіз техніки стрибка у довжину.
10. Аналіз техніки штовхання ядра.
11. Аналіз техніки бігу на короткі дистанції.
12. Аналіз техніки естафетного бігу 4х100 м та 4х100 м.
13. Аналіз техніки стрибка у висоту способом «Фосбері-флоп».
14. Аналіз техніки метання списа.
15. Аналіз техніки бігу з бар'єрами.
16. Аналіз техніки стрибка з жердиною.
17. Аналіз техніки метання диска.
18. Аналіз техніки метання молота.
19. Аналіз техніки потрійного стрибка.
20. Характеристика бігу з перешкодами.
21. Основи техніки спортивної ходьби та бігу.
22. Основи техніки стрибків.
23. Основи техніки метань.
24. Методика навчання техніки спортивної ходьби.
25. Методика навчання техніки бігу на середні та довгі дистанції.
26. Методика навчання техніки стрибка у довжину.
27. Методика навчання техніки штовхання ядра.

28. Методика навчання техніки бігу на короткі дистанції.
29. Методика навчання техніки естафетного бігу 4х100 м та 4х100 м.
30. Методика навчання техніки стрибка у висоту способом «Фозбері-флоп».
31. Методика навчання техніки метання списа.
32. Методика навчання техніки бігу з бар'єрами.
33. Методика навчання техніки стрибка з жердиною.
34. Методика навчання техніки метання диска.
35. Методика навчання техніки метання молота.
36. Методика навчання техніки бігу з перешкодами.
37. Методика навчання техніки потрійного стрибка.
38. Правила змагань та функції суддівської бригади з легкоатлетичних стрибків.
39. Правила змагань та функції суддівської бригади з легкоатлетичних метань.
40. Правила змагань та функції суддівської бригади у бігових видах.
41. Правила змагань та функції суддівської бригади зі спортивної ходьби.
42. Легкоатлетичні багатоборства (історія, тренування, правила змагань.
43. Характеристика сили, як фізичної якості та її прояви у видах легкої атлетики.
44. Характеристика витривалості, як фізичної якості та її прояви у видах легкої атлетики.
45. Характеристика гнучкості, як фізичної якості та її прояви у видах легкої атлетики.
46. Характеристика координаційних якостей, як фізичної якості та її прояви у видах легкої атлетики.
47. Характеристика швидкості, як фізичної якості та її прояви у видах легкої атлетики.
48. Мікро-, мезо- та макроструктура підготовки легкоатлетів.
49. Побудова мікроциклів підготовки легкоатлетів.
50. Побудова мезоциклів підготовки легкоатлетів.
51. Побудова макроциклу підготовки легкоатлетів.
52. Особливості побудови мезоциклів жінок.

53. Етапи багаторічної підготовки легкоатлетів.
54. Контроль та його значення в системі підготовки легкоатлетів.
55. Види контролю в легкій атлетиці.
56. Структура уроку з легкої атлетики.
57. Структура навчально-тренувальних занять з легкої атлетики.
58. Особливості проведення навчально-тренувальних занять з жінками.
59. Методи наукових досліджень в легкій атлетиці.
60. Відбір та спортивна орієнтація в легкій атлетиці.
61. Критерії спортивного відбору.
62. Етапи спортивного відбору.
63. Модельні характеристики бігунів.
64. Модельні характеристики стрибків.
65. Модельні характеристики метальників.
66. Модельні характеристики багатоборців.
67. Принципи спортивного тренування.
68. Засоби та методи спортивного тренування.
69. Класифікація змагань. Положення (регламент) про змагання.