



Силабус
навчальної дисципліни
Легка атлетика та методика її викладання
2025-2026 навчальний рік

Освітня програма «Фізична культура»
Спеціальність 014.11 Середня освіта (Фізична культура)
Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка
Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)

Викладач (і)	САМОЙЛЕНКО Вадим Леонідович, старший викладач кафедри фізичної культури, спорту та методики викладання; ПОНОМАРЕНКО Кирило Сергійович, старший викладач кафедри хореографії та фітнесу.
Посилання на сайт	https://bdpu.org.ua/teachers/samojlenko-vadym-leonidovych/ https://bdpu.org.ua/teachers/ponomarenko-kyrylo-sergijovych/
Контактний тел.	Самойленко В.Л.+380951074210 Пономаренко К.С. +380663589129
Е-mail викладача:	vadim.samol@gmail.com ks_ponomarenko@bdpu.org.ua
Графік консультацій	Вівторок, четвер – 14.35

Обсяг курсу на поточний навчальний рік:

Кількість кредитів/ годин	Лекції (годин)	Практичні заняття (годин)	Самостійна робота (годин)	звітність
Денна 4/120	10	30	80	Екзамен
Заочна 4/120	6	6	108	Екзамен

Семестр: весняний

Мова навчання: українська

Ключові слова: Легка атлетика, методика навчання, техніка вправ, бігові види, стрибки, метання, суддівство змагань, фізичні якості, спортивне тренування, педагогічний контроль.

Мета курсу: формування у здобувачів вищої освіти професійно-педагогічних компетентностей, теоретичних знань та практичних навичок, необхідних для

організації та проведення уроків фізичної культури, позакласної та секційної роботи з легкої атлетики в закладах загальної середньої освіти.

Предмет курсу: теорія і методика навчання техніки легкоатлетичних вправ, передбачених шкільною навчальною програмою, а також система педагогічних впливів для розвитку фізичних якостей учнів засобами легкої атлетики під час освітнього процесу.

Компетентності та програмні результати навчання.

ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів освітніх наук та педагогіки, фізичного виховання і спорту, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації навчально-виховного процесу в основній (базовій) середній школі.

ЗК 3. Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології .

ЗК 5. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності, здатність до генерування нових ідей, виявлення та розв'язання проблем, ініціативності та підприємливості.

ФК 1. Здатність засвоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової діяльності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

ФК 5. Здатність застосовувати знання про будову тіла та функціонування організму людини.

ФК 7. Організовувати різні види і форми навчальної та пізнавальної діяльності учнів.

ФК 11. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

ФК 13. Здатність добирати і використовувати сучасні та ефективні методики та технології навчання, виховання і розвитку учнів.

Програмні результати навчання:

ПРН 3. Знати цифрові середовища, професійні он-лайн спільноти та електронні (цифрові) ресурси для безперервного професійного розвитку.

ПРН 5. Визначати ефективні форми взаємодії з учасниками освітнього процесу і професійними спільнотами та активно долучатися до діяльності професійних спільнот.

ПРН 6. Знати закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

ПРН 8. Вміти аналізувати різноманітні підходи до розв'язання проблем у педагогічній діяльності та запобігання їм.

ПРН 11. Вміти організовувати освітнє середовище з урахуванням правил безпеки життєдіяльності, санітарних правил і норм, протиепідемічних правил, нести відповідальність за життя та здоров'я людини.

ПРН 12. Знати та вміти застосовувати різні форми організації освітнього процесу, види і форми навчальної і пізнавальної діяльності учнів.

ПРН 15. Знати види оцінювання результатів навчання учнів (формувальне, поточне, підсумкове, тощо) та критерії і рекомендації щодо оцінювання результатів навчання учнів.

ПРН 16. Вміти розробляти критерії оцінювання різних видів навчальної діяльності, встановлювати та фіксувати результати навчання і на їхній основі визначати індивідуальну освітню траєкторію. Забезпечувати дотримання академічної доброчесності під час оцінювання результатів навчання.

ПРН 17. Знати види інтеграції в навчанні, підходи до інтегрованого навчання. Вміти застосовувати міжпредметні зв'язки та інтеграцію змісту різних освітніх галузей, навчальних предметів під час підготовки та проведення навчальних занять з фізичної культури.

ПРН 18. Вміти добирати доцільні форми, методи та засоби навчання відповідно до мети, завдань, вікових та інших особливостей учнів і застосовувати інноваційні технології навчання в освітньому процесі.

Зміст курсу:

Змістовий модуль 1. Теоретико-методичні основи легкої атлетики в сучасній школі

Тема 1. Легка атлетика як базова складова системи фізичного виховання.

Історія розвитку легкої атлетики та її роль у зміцненні здоров'я. Класифікація та загальна характеристика легкоатлетичних вправ. Техніка безпеки та запобігання травматизму на заняттях (дистанційний та очний формат).

Тема 2. Організація освітнього середовища з легкої атлетики за стандартами НУШ.

Створення мотивуючого та безпечного простору для занять. Використання нестандартного та підручного інвентарю. Формування ключових компетентностей учнів засобами легкої атлетики.

Змістовий модуль 2. Методика навчання техніці бігу на короткі дистанції

Тема 3. Техніка бігу на короткі дистанції (спринт).

Біомеханічні закономірності спринтерського бігу: старт, стартовий розбіг, біг по дистанції, фінішування. Методика навчання техніці низького старту та стартового прискорення.

Тема 4. Естафетний біг та командна взаємодія.

Техніка передачі естафетної палички в різних зонах. Виховання лідерських якостей та навичок співпраці в команді. Гендерна рівність у спорті: формування змішаних команд.

Змістовий модуль 3. Витривалість та інклюзивні підходи у бігових видах

Тема 5. Біг на середні та довгі дистанції. Спортивна ходьба.

Особливості техніки бігу на витривалість та раціонального дихання. Тактика бігу на довгі дистанції. Скандинавська ходьба як доступний засіб фізичної активності для кожного.

Тема 6. Інклюзивна освіта: адаптація бігових вправ.

Методика проведення занять для дітей з ООП (особливими освітніми потребами). Використання лідерів-гайдів для учнів із порушеннями зору. Адаптація навантаження при серцево-судинних захворюваннях (Інклюзивний підхід).

Змістовий модуль 4. Стрибки у довжину: від теорії до шкільної практики

Тема 7. Стрибки у довжину з розбігу (спосіб «зігнувши ноги»).

Аналіз фаз стрибка: розбіг, відштовхування, політ, приземлення. Методика навчання техніці стрибка в умовах шкільного стадіону.

Тема 8. Ігрові технології НУШ у навчанні стрибків.

Використання стрибкових вправ для розвитку координації. Створення ігрових ситуацій («Струмок», «Через прірву») для подолання страху перед стрибком. Якісна освіта — розвиток креативного мислення через рухову активність.

Змістовий модуль 5. Вертикальні стрибки та розвиток швидко-силових якостей

Тема 9. Стрибки у висоту з розбігу (спосіб «переступання»).

Технічні особливості та послідовність навчання «школярському» способу стрибка. Підвідні вправи для формування правильного відштовхування.

Тема 10. Розвиток «вибухової» сили в контексті фізичного розвитку підлітка.

Методика виховання стрибучості. Побудова індивідуальних траєкторій розвитку учня в НУШ. Самоконтроль фізичного стану під час інтенсивних стрибкових навантажень.

Змістовий модуль 6. Метання малого м'яча та розвиток координації

Тема 11. Техніка метання малого м'яча на дальність та в ціль.

Основи техніки метання з місця та з розбігу. Методика навчання «хльосту» рукою та фінального зусилля.

Тема 12. Екологічний інвентар та ресурсозбереження в легкій атлетиці.

Виготовлення тренувальних м'ячів та цілей з вторинної сировини. Організація змагань «Точний металник» для дітей з різним рівнем фізичної підготовки.

Змістовий модуль 7. Штовхання ядра та силова підготовка

Тема 13. Основи техніки штовхання ядра.

Тримання снаряда та вихідне положення. Методика навчання штовханню з місця та зі скачка. Спеціальні силові вправи для металників.

Тема 14. Паралімпійські види метань та штовхання.

Ознайомлення з технікою штовхання ядра сидячи (для осіб з порушеннями ОРА). Виховання толерантності та емпатії через знайомство з історіями успіху паралімпійців. ЦСР 10: Скорочення нерівності.

Змістовий модуль 8. Методика проведення уроків та оцінювання в НУШ

Тема 15. Проєктування уроку легкої атлетики за моделлю НУШ.

Структура сучасного уроку: від емоційного налаштування до рефлексії.

Диференційований підхід у навчанні. Формувальне оцінювання: як оцінювати прогрес, а не лише норматив.

Тема 16. Організація та суддівство шкільних змагань.

Спрощені правила легкоатлетичних змагань (Дитяча легка атлетика IAAF). Роль вчителя як модератора та справедливого судді. Підбиття підсумків курсу: професійна етика майбутнього вчителя.

Методи навчання:

Наочні методи:

– Лекція з використанням мультимедійної презентації. Передбачає передачу теоретичного матеріалу в режимі відеоконференції. Викладач демонструє презентації, що містять 3D-моделі техніки легкоатлетичних вправ, відеоаналіз світових рекордів з графічним виділенням фаз рухів, а також інтерактивні цифрові вправи для вивчення правил змагань.

– Мнемонічний метод. Використання цифрових інструментів (наприклад, Miro) для створення інтелектуальних карт. Це допомагає студентам дистанційно структурувати складні технічні елементи (наприклад, послідовність дій при переході через планку в стрибках) та легше запам'ятовувати методичні послідовності.

– Конструювання. Створення цифрових форм представлення інформації: розробка електронних таблиць для розрахунку навантажень, побудова схем розмітки шкільного стадіону за допомогою графічних редакторів або онлайн-дошок для кращого аналізу геометрії рухів.

– Моделювання. Використання спеціалізованих програм або відеоредакторів для створення логічних ланцюжків навчання. Студенти моделюють траєкторію польоту снаряда або центр маси тіла під час стрибка, що дозволяє глибше усвідомити біомеханічні аспекти без присутності на стадіоні.

Словесні методи:

– Дискусія. Організовується через чати відеоконференцій. Студенти обговорюють проблемні питання, наприклад: «Адаптація легкоатлетичних вправ для занять у домашніх умовах» або «Методи дистанційного контролю фізичної підготовки школярів».

– Обговорення. Аналіз відеозаписів виконання легкоатлетичних вправ (професіоналів або колег-студентів) з метою виявлення технічних помилок та обґрунтування шляхів їх виправлення в онлайн-режимі.

– Інтелектуальні розминки. Проведення швидких онлайн-вікторин (через Kahoot!, Quizizz або Mentimeter) на початку заняття для актуалізації знань з термінології, техніки безпеки та суддівських жестів у легкій атлетиці.

- Пояснення. Використання функцій «демонстрації екрана» та «коментування», де викладач (або студент під час мікрОВикладання) детально роз'яснює методику виконання вправ, використовуючи відеоповтори, сповільнену зйомку та графічні акценти на ключових деталях.

Практичні методи:

- Робота в групах. Спільна розробка планів-конспектів уроків у спільних документах (Google Docs/Slides). Студенти в сесійних залах проєктують комплекси спеціальних бігових вправ для самостійної роботи учнів.

- Case-study. Розбір у цифровому форматі конкретних педагогічних ситуацій: наприклад, аналіз відеозапису помилки учня на уроці та вибір оптимальної методичної поради для її миттєвої корекції.

- Мозковий штурм. Генерування ідей за допомогою онлайн-дошок (наприклад, Padlet) щодо використання підручних засобів у домашніх умовах для імітації легкоатлетичного інвентарю (наприклад, метання тенісного м'яча замість гранати).

- Рольова гра. Віртуальна імітація професійної діяльності, де студент у ролі вчителя проводить «фрагмент онлайн-уроку» для своєї групи, відпрацьовуючи чіткість команд та якість коментування вправ через вебкамеру.

- Метод вправ. Виконання студентами спеціальних підготовчих та імітаційних вправ перед камерою в режимі реального часу або запис власного відеовиконання технічних елементів (у доступних безпечних локаціях) для подальшого отримання фідбеку від викладача.

- Метод індивідуальних навчальних проєктів. Самостійна розробка цифрового портфоліо або відеопосібника на тему: «Методика навчання техніці... (вид легкої атлетики)», де студент самостійно підбирає контент, проводить аналіз та презентує результати через відеозв'язок.

Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):

Безпека та фізичний стан. Оскільки основним пріоритетом в умовах дії воєнного стану залишається Ваша безпека, у разі оголошення повітряної тривоги або ракетних ударів у Вашому регіоні, будь ласка, негайно припиняйте виконання будь-яких практичних вправ чи участь у відеоконференції, повідомте про це викладача (за можливості) та переходьте в укриття. Оскільки курс передбачає виконання фізичних вправ у домашніх умовах, Ви несете персональну відповідальність за підготовку безпечного місця для занять та відповідність навантаження Вашому стану здоров'я. У разі поганого самопочуття обов'язково повідомте викладача до початку практичного заняття.

Відвідування занять. Регуляція пропусків. Специфіка фаху вчителя фізичної культури вимагає обов'язкової присутності на практичних заняттях (навіть у дистанційному форматі) для опанування методики демонстрації вправ. Ті, хто за певних обставин не можуть бути присутніми на онлайн-зустрічах регулярно, мають узгодити з викладачем графік індивідуального

відпрацювання. Пропущені практичні теми відпрацьовуються шляхом запису відео-фрагментів (демонстрації техніки легкоатлетичних вправ) або підготовки методичних розробок згідно з планом заняття впродовж тижня після пропуску.

Політика щодо перезарахування результатів неформального/інформального навчання. Для студентів, які пройшли додаткові навчальні курси чи програми, можливе перезарахування результатів неформального та/або інформального навчання згідно з процедурою визначеною факультетом фізичної культури, спорту та здоров'я людини на основі п. 8.3. «Положення про організацію освітнього процесу в Бердянському державному педагогічному університеті» від 27.03.2025 року № 9/3.7.

Академічна доброчесність, використання Chat GPT (та інших ШІ) та професійна етика. Усі письмові роботи (плани-конспекти уроків, реферати, проекти) та відеоматеріали мають бути виконані Вами особисто. Текстові роботи перевіряються на плагіат за допомогою спеціальних сервісів. Відповідно до чинних норм, плагіатом вважатиметься:

- Використання чужих відеоматеріалів або конспектів уроків без посилання на автора.
- Копіювання методичних розробок з інтернету без власної переробки.
- Рерайт тексту без згадування джерела та ін.

Використання ШІ дозволяється лише як допоміжний інструмент для пошуку ідей чи структурування планування, якщо це передбачено умовами завдання. У разі виявлення повного генерування відповіді штучним інтелектом без Вашого критичного аналізу, робота буде повернена на доопрацювання. Ознайомитися з політикою БДПУ щодо ШІ можна за посиланням: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17184253>.

Застосування генеративного ШІ у цьому курсі регулюється Політикою використання ШІ в освітньому процесі БДПУ (Наказ № 39 від 18.09.2025, рішення Вченої ради від 11.09.2025).

Усі випадки використання ШІ мають бути відкрито задекларовані у письмових роботах згідно зі стандартом GAIDeT (<https://panbibliotekar.github.io/gaidet-declaration/index-uk.html>).

Під час виконання контрольованих оцінювань (іспити, тестування і т.д.), використання ГШІ – **ЗАБОРОНЕНО!!!**.

Дедлайни. Терміни здачі практичних завдань та відеозвітів вказані в розкладі курсу на платформі Moodle. Дотримання дедлайнів є обов'язковим для вчасного отримання фідбеку. Завдання, надіслані після терміну без попередження про поважні причини, можуть бути оцінені з пониженням балу або не прийняті до розгляду. Якщо навіть дедлайни були пропущені – зв'яжіться з викладачем стосовно про їх зміщення, щоб можна було отримати гарну оцінку.

Комунікація. Основною платформою для навчання є Moodle (<https://edu.bdpu.org>), де розміщені всі навчальні матеріали. Для оперативної взаємодії, обговорення методики виконання вправ та швидкої підтримки ми використовуємо заздалегідь погоджені з групою месенджери та засоби зв'язку. Тут Ви можете ставити питання щодо техніки легкоатлетичних видів, ділитися корисними посиланнями на тренування та отримувати оголошення. Поважаючи приватність кожного, повідомлення в особисті чати приймаються щодня до 18:00. Зі свого боку я гарантую відповіді на всі запитання та підтримку Ваших освітніх ініціатив.

Гнучкість політики. Політика курсу може бути доповнена або змінена за погодженням зі здобувачами, якщо це сприятиме безпеці чи покращенню якості викладання освітньої компоненти.

Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність:

Технічне забезпечення:

1. Комп'ютери, ноутбуки або планшети з доступом до мережі Інтернет для участі в заняттях.
2. Смартфони з функцією відеозапису для фіксації виконання технічних елементів легкої атлетики та їх подальшого аналізу.
3. Штативи (необов'язково, але для стабільної зйомки виконання вправ під час самостійної роботи – це саме те що треба).
4. Аудіо- та відеообладнання (мікрофони, вебкамери) для проведення якісних відеоконференцій та консультацій.
5. Принтер та сканер для роботи з планами-конспектами уроків, протоколами змагань та звітною документацією (можна використовувати сканер на смартфоні – і цього буде теж достатньо).

Програмне забезпечення:

1. Текстовий редактор (Microsoft Word, Google Docs) для складання планів-конспектів уроків та описів технік.
2. Програмне забезпечення для створення презентацій (Microsoft PowerPoint, Google Slides, Canva).
3. Онлайн-платформи для відеоконференцій та практичних занять (Zoom).
4. Спеціалізоване ПЗ для аналізу рухів (наприклад, Kinovea — для детального розбору техніки бігу чи стрибків за відеозаписом).
5. Платформи для дистанційного навчання (система Moodle БДПУ).
6. Відеохостинги та месенджери для перегляду методичних матеріалів та оперативної комунікації.
7. Хмарні рішення для зберігання відеозвітів та навчальних проєктів (Google Drive та ін.).

Наочність:

1. Електронні плакати та схеми, що ілюструють техніку виконання легкоатлетичних вправ (старт, біг по дистанції, фінішування, фази стрибків та метань).
2. Навчально-методичні посібники з методики викладання легкої атлетики в закладах загальної середньої освіти.
3. Кінограми видатних легкоатлетів для детального вивчення біомеханіки рухів.
4. Демонстраційні відеоматеріали: фрагменти уроків фізичної культури, записи чемпіонатів світу та відеоінструкції з техніки безпеки.
5. Графічні моделі розмітки легкоатлетичних секторів та стадіонів.
6. Інтерактивні завдання, тести та цифрові ігри (наприклад, у Kahoot! або LearningApps) для закріплення знань з правил суддівства та термінології.

****Конкретне обладнання та наочність може відрізнятися залежно від технічних можливостей здобувача освіти та умов доступу до спортивних майданчиків за місцем перебування.*

Система оцінювання та вимоги:

Відповідно до структури освітньої компоненти «Легка атлетика та методика її викладання» систему оцінювання розподілена на поточний контроль (50 балів) та екзамен (50 балів).

1. Поточний контроль (максимум 50 балів)

Ці бали здобувачі набирають протягом семестру за різні види навчальної діяльності:

Лекційні заняття (5 балів = 5занять): оцінюється відвідування лекцій, ведення конспектів та активність під час обговорення теоретичних питань (історія, правила змагань, біомеханіка рухів)

Практичні заняття (25 балів): це основний вид роботи, де перевіряється техніка виконання легкоатлетичних вправ (біг, стрибки, метання) та методика їх викладання. Бали нараховуються за правильність демонстрації технічних елементів. Оцінюється здатність студента виступати в ролі вчителя: подавати команди, проводити розминку та пояснювати вправи.

Самостійна робота (СРС) (10 балів): виконання завдань на платформі Moodle. Проходження онлайн-тестувань за темами модулів (наприклад, правила суддівства). Розробка методичних карток або планів-конспектів уроків.

Індивідуальне науково-дослідне завдання (ІНДЗ) (10 балів): підготовка самостійного проєкту, наприклад, створення відеопосібника з методики навчання певному виду легкої атлетики. Оцінюється глибина дослідження теми, використання наочності та відповідність принципам академічної доброчесності.

2. Підсумковий контроль — екзамен (максимум 50 балів)

Допуск до підсумкового контролю здійснюється якщо здобувач вищої освіти набрав прохідний бал (25 балів). Підсумковий контроль проводиться у формі усного екзамену за переліком контрольних питань або тестовій формі (на вибір здобувача).

За підсумками навчання за один семестр здобувач вищої освіти може отримати 100 балів (50 балів (поточне оцінювання) + 50 балів (контрольне оцінювання (екзамен))).

Екзамен проводиться за переліком питань, що охоплюють увесь зміст курсу (16 тем) у двох можливих для здобувача варіаціях:

1) Усна відповідь. Структура білета: кожен із 30 білетів містить 3 теоретичні або методичні питання. Оцінювання (50 балів):

1-ше питання (15 балів): теоретичні основи легкої атлетики (історія, техніка, правила).

2-ге питання (15 балів): методика викладання конкретного виду в школі (НУШ, інклюзія).

3-тє питання (20 балів): практичне завдання — розробка фрагмента уроку або розв’язання педагогічної ситуації (Case-study).

Можливий наступний варіант його складання:

2) у письмовій формі: передбачено 50 тестових завдань закритого типу, кожне з яких оцінюється в 1 бал.

Розподіл балів для денної та заочної форм навчання

Поточний контроль, (балів)										ІНДЗ, балів	Поточне оцінювання (балів)	Екзамен (балів)	Сума (балів)
ЗМ 1		ЗМ 2		ЗМ 3		ЗМ 4		ЗМ 5					
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	10	50	50	100
7	6	6	6	7	6	6	6	7	6				
ЗМ 6		ЗМ 7				ЗМ 8							
T11	T12	T13		T14		T15		T16					
6	6	7		6		6		6					

Підсумкова кількість балів визначається за формулою:

$$m = \frac{ЗК_1 + ЗК_2 + ЗК_3 + ЗК_4}{n} + 50 = 100$$

де m – кількість набраних балів за вивчений курс;

n – кількість залікових кредитів;

50 балів – екзамен або залік.

Загальна кількість балів за вивчений курс обчислюється таким чином: підраховується кількість балів, набраних під час поточного контролю за всіма заліковими кредитами, та ділиться на загальну кількість кредитів (визначається середній арифметичний бал). Потім до отриманого показника додаються бали, набрані під час екзамену.

Відповідність підсумкових рейтингових оцінок у балах оцінкам за шкалою ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка шкалою ЄКТС для всіх видів підсумкового контролю
90-100	A
78-89	B
65-77	C
58-64	D
50-57	E
35-49	FX (з можливістю повторного складання)
1-34	F (з обов'язковим повторним вивченням ОК)

Узагальнені результати оцінювання:

90 – 100 балів «А» – здобувач вищої освіти виявляє особливі здібності, вміє самостійно здобувати знання, знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, використовувати набуті компетентності для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументувати відповіді, самостійно розкривати власні обдарування і нахили;

78 – 89 балів «В» – здобувач вищої освіти вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна;

65 – 77 балів «С» – здобувач вищої освіти вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок;

58 – 64 бали «D» – здобувач вищої освіти відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих;

50 – 57 бали «Е» – здобувач вищої освіти володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні (обсяг набутих компетентностей здобувача відповідає мінімальним критеріям);

35 – 49 балів «FX» – здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу (до 20 %);

0 – 34 бали «F» – здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів і потребує повторного вивчення курсу навчальної дисципліни.

Список рекомендованих джерел

Основна

1. Гедзюк, Д.О., Вовченко, І.І., & Чорна, М. Є. (2022). Основи методики викладання легкої атлетики. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 54 с.
2. Денисенко, Н., Кліш, І. (2023). Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в Новій українській школі. Вивчаємо модуль «Дитяча легка атлетика» (Серія 5): навчально-методичний посібник-практикум для студентів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). Луцьк : ПП Мажула Ю.М., 85 с.
3. Захожа, Н.Я., Захожий, В.В., Черкашин, Р.Є., Савчук, С.І., Валькевич, О.В., Козіброцький, С.П., & Касарда, О.З. (2023). Легка атлетика з методикою навчання. Луцьк: Вежа-Друк, 308 с.
4. Легка атлетика з методикою викладання : навч. посібник. / М.Ю. Байдюк, Я.П. Галан, А.Д. Молдован. – Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2023. – 184 с.
5. Легка атлетика: теорія і методика тренерської діяльності : підручник / за заг. ред.: В. І. Бобровника, С. П. Совенка, А. В. Колота. Київ : Олімп. літ., 2023. Кн. 1. 712 с. Кн. 2. 608 с.
6. Мозолев О.М. Методичні рекомендації щодо проведення практичних занять з легкої атлетики для майбутніх фахівців спеціальності А4 «Середня освіта (фізична культура)» : навч.-метод. посіб., Хмельницький : ХГПА, 2025. 32 с.
7. Полулященко Т.Л. (2022). Легка атлетика з методикою викладання: навч.-метод. посібник для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта. Фізична культура, 017 Фізична культура і спорт. Спорт. Полтава: Вид-во ДЗ "ЛНУ імені Тараса Шевченка", 89 с.
8. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.-метод. посіб. / уклад. : Т. І. Кудряшова, О. О. Губченко. – Кременчук : ПП «Бітарт», 2019. – 169 с.

Додаткова

9. Адамчук, В., Дідик, Т., Кульчицька, І., Поляк, В., & Квасниця, О. (2024). Інноваційні підходи до викладання дисципліни теорія і методика викладання легкої атлетики на основі використання технологій дистанційного навчання. *Physical culture sports and health of the nation*, 17 (36), 419-427.
10. Білогур, В.Є., & Непша, О.В. (2022). Методика навчання бігових видів легкої атлетики: методичні рекомендації до практичних занять з дисципліни «Легка атлетика з методикою викладання та навчальною практикою». Мелітополь: МДПУ імені Богдана Хмельницького, 31 с.

11. Караулова С. І., Свасьєв А. В. Легка атлетика з методиками викладання : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійних програм «Спорт», «Фізичне виховання», «Фітнес та рекреація». Запоріжжя : ЗНУ, 2024. 83 с.
12. Легка атлетика з методикою викладання: методичні вказівки / уклад.: Л.-С.М. Киселевська – Київ: КНУБА, Талком, 2022. – 36 с.
13. Мичка, І.В., Вовченко, І.І., Набоков, Ю.А., & Гедзюк, Д.О. (2020). Методичні рекомендації до практичних занять з теорії і методики викладання легкої атлетики. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 31 с.
14. Момот О. О. Теорія і методика викладання легкої атлетики : навч.метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шостак, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-тет імені В. Г. Короленка. – Полтава : Сімон, 2020. – 132 с.
15. Мороз, Ф., & Гавришко, С. (2022). Особливості навчання бігу та основ техніки з легкої атлетики. Витоки педагогічної майстерності, (29), 164-168.
16. Хмара, М.А., Мозолєв, О.М. (2023). Інформаційно комунікативні технології як засіб мотивації молоді до занять фізичною культурою. Scientific Collection «InterConf», (156), 608-612.
17. Başkaya, G., Bostancı, S., Çar, B., & Konar, N. (2023). The impact of athletics basic education on students' motor skills and attitude toward athletics. Physical Education of Students, 27(4), 177-189.
18. Griban, G., Nosko, M., Nosko, Yu., Zhlobo, T., Sirenko, R., Semeniv, B., Dikhtiarenko, Z., Zamrozevuch-Shadrina, S., Khatko, A., Rybchych, I., Mozolev, O. (2021). Female Students' Motor Skills Development by Means of Kangoo Jumps. International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 9(6), 1324 - 1343. DOI:10.13189/saj.2021.090629

Інтернет-ресурси

19. <http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/> Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»
20. <http://www.nbuv.gov.ua/> Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського URL:
21. <https://mon.gov.ua/> Офіційний сайт Міністерства освіти і науки України
22. <https://prometheus.org.ua/> Офіційний сайт українського громадського проєкту масових відкритих онлайн-курсів
23. <https://uaf.org.ua> Офіційний сайт Федерації легкої атлетики України (ФЛАУ)
24. <https://www.ed-era.com/courses/> Офіційний сайт студії он-лайн освіти в Україні
25. Закон України про «Фізичну культуру і спорт» [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
26. <https://dspace.bdpu.org.ua/home> Інституційний репозитарій Бердянський державний педагогічний університет