

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДВНЗ «ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»

Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

СИЛЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Освітня програма Фізична культура і спорт
Спеціальність - 017 фізична культура і спорт
Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри
спортивно-педагогічних дисциплін
Протокол № 1 від “31” серпня 2020 р.

Івано-Франківськ - 2020

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Компетентності
5. Результати навчання
6. Організація навчання курсу
7. Система оцінювання курсу
8. Політика курсу
9. Рекомендована література

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ
Рівень вищої освіти	Бакалавр
Викладач (-і)	П'ятничук Д.В..
Контактний телефон викладача	00664416716
Е-mail викладача	halinapy@gmail.com
Формат дисципліни	Лекційні, семінарські заняття
Обсяг дисципліни	9 кредитів ЄКТС
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua
Консультації	четвер 16.30
2. Анотація до курсу	
<p>Дисципліна призначена для студентів першого курсу спеціальності 017 Фізична культура і спорт, вивчення дисципліни є формування комплексних знань, та вмінь, навичок з Теорії і методики викладання легкої атлетики; засвоєння професійних умінь в процесі вивчення легкоатлетичних вправ; набуття умінь та навичок науково – методичної діяльності, формування комплексу рухових навичок та фізичних якостей, необхідних в професійній діяльності фахівця з фізичної культури; опанування практичними навичками з організації та проведення спортивно-масових змагань з легкої атлетики.</p>	
3. Мета та цілі курсу	
<p>Мета навчальної дисципліни «Теорії і методики викладання легкої атлетики» є забезпечення студентів необхідними теоретичними знаннями, ознайомлення з основами техніки і методики навчання легкоатлетичних вправ, обґрунтування раціональних режимів занять і тренувань.</p>	
4. Компетентності	
<p>ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК2. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. ЗК3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій. ЗК4. Здатність працювати в команді. ЗК5. Здатність планувати та управляти часом. ЗК9. Навички міжособистісної взаємодії. ЗК10. Здатність бути критичним і самокритичним. ЗК11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ФК1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості. ФК2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.</p>	

ФК3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.
 ФК6. Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.
 ФК7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
 ФК10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.
 ФК11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
 ФК13. Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.
 ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

5. Результати навчання (компетентності)

ПРН1. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.
 ПРН2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування
 ПРН4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
 ПРН5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
 ПРН6. Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці.
 ПРН7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
 ПРН8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.
 ПРН12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.
 ПРН13. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
 ПРН17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.
 ПРН20. Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.
 ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

6. Організація навчання курсу

Обсяг курсу

Вид заняття	Загальна кількість годин
Лекційні заняття	16
семінарські заняття / практичні / лабораторні	86
самостійна робота	168

Ознаки курсу

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
1,2	017 фізична культура і спорт	1	В

Тематика курсу

Тема, план	Форма заняття	Літера тура	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
1 семестр					
Змістовий модуль 1. Вступ до легкої атлетики.	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	1,4,7,8	4 6 26		Вересень-січень
Тема 1 Історія розвитку легкої атлетики. Класифікація та характеристика легкоатлетичних вправ.	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	1,2,5,8	Історія розвитку легкої атлетики. Класифікація та характеристика легкоатлетичних вправ. 2 - 10	10балів	вересень
Тема 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ.	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	3,5,6,	Визначення основ техніки спортивної вправи. Показники якості техніки спортивних вправ; ефективність, економність і простота рухів легкоатлета. Значення техніки для підвищення спортивного результату. 2 10	20балів	вересень
Тема 3. Методика навчання спортивної ходьби і бігу.			Методика навчання спортивної ходьби і бігу. 3.1. а) вивчення спортивної ходьби, оволодіння елементами техніки рухів і техніки ходьби в цілому (положення тулуба і голови, рухи ніг і рук, цикл подвійного кроку, дихання при ходьбі); б) послідовне оволодіння технікою основних, підготовчих і спеціальних вправ для засвоєння техніки спортивної ходьби; в)	10	

	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		спеціальні вправи, які забезпечують виховання фізичних якостей необхідних для спортивної ходьби; г) особливості техніки спортивної ходьби і методики навчання, які визначаються індивідуальними можливостями учнів 2 8 10		
Тема 4. Методика навчання техніки стрибка у довжину.	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		а) вивчення техніки стрибка у довжину з розбігу, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою стрибка в цілому (розбіг, підготовка до відштовхування, рухи в польоті – спосіб «зігнувши ноги», приземлення); б) послідовне оволодіння технікою основних, підготовчих і спеціальних вправ для засвоєння стрибків у довжину; в) спеціальні вправи, які забезпечують розвиток фізичних якостей необхідних для стрибків у довжину. - 4 10	20	
Тема 5. Методика навчання техніки метання малого		4,7,2,1) вивчення техніки метання, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою метання в цілому (утримання	20 балів	вересень

м'яча і гранати.	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		<p>снаряду, несення снаряду під час розбігу, розбіг і підготовка до кидка, «перехресні кроки», положення тулуба перед метанням, фінальне зусилля і рухи після випускання снаряду); б) послідовне оволодіння технікою підготовчих і спеціальних вправ для засвоєння техніки метання м'яча і гранати; в) спеціальні вправи, які забезпечують виховання фізичних якостей необхідних для метання м'яча і гранати.</p> <p>- 6</p> <p>10</p>		
Тема 6. Методика навчання техніки стрибка у висоту способом «переступання».			<p>а) вивчення техніки стрибків у висоту з розбігу, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою в цілому (розбіг, підготовка до відштовхування, відштовхування і перехід через планку, приземлення); б) послідовне оволодіння технікою основних, підготовчих і спеціальних вправ для освоєння стрибків у висоту; в) спеціальні вправи, які забезпечують розвиток фізичних якостей необхідних для стрибків у висоту; г) техніка безпеки та попередження травматизму при</p>	10	

	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		проведенні занять та змагань; - 8 8		
Контрольна робота	Самостійна робота	1,4,7,1 1	Завдання тем 1-6	10 балів	грудень
2 семестр					
Змістовий модуль 2. Техніка і методика навчання видів легкої атлетики.	<i>Лекції Практичні заняття Самостійн а робота</i>	2,9,1,3	а) види легкоатлетичних метань і способи їх виконання: з кидком, з поворотом, з розбігу, поштовхом; б) початкова швидкість снаряду; в) кут вильоту, опір повітря при метаннях; г) фази метання, способи утримування снаряду, початкове положення і підготовка до розгону, розгін і положення тіла спортсмена перед фінальним зусиллям, фінальне зусилля як основна фаза метання; д) рух снаряду під час польоту. 10 60 110	10	березень
Тема 1. Основи техніки метань		1,4,7,1 1	а)види легкоатлетичних метань і способи їх виконання: з кидком, з поворотом, з розбігу, поштовхом; б) початкова швидкість снаряду; в) кут вильоту, опір повітря при метаннях; г) фази метання, способи утримування снаряду, початкове положення і підготовка до розгону, розгін і положення тіла спортсмена перед фінальним зусиллям, фінальне зусилля як основна	10 балів	березень

	Лекції Самостійна робота		фаза метання; д) рух снаряду під час польоту. 2 10		
Тема 2. Легка атлетика в програмі загальноосвітньої школи	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		Характеристика форм занять. Організація та проведення уроків з легкої атлетики з учнями різних вікових груп. Зміст та організація фізкультурно- оздоровчих заходів в режимі навчального дня. Зміст та організація позакласних занять з легкої атлетики. Форми організації та їх взаємозв'язок. Побудова уроку і тренувального заняття в легкій атлетиці. а) структура уроку; б) завдання, зміст, тривалість та щільність уроку; в) організація учнів на уроці. ; г) підготовка вчителя до уроку. <u>2</u> = 10	10	березень
Тема 3. Розвиток фізичних якостей у легкоатлетів.			Фізичні якості і їх взаємозв'язок з іншими видами підготовки легкоатлетів. Сила, її види та визначення. Фактори, що визначають рівень силових якостей. Методи розвитку сили. Особливості розвитку максимальної і швидкісної сили, силової витривалості. Контроль силових якостей. Швидкість, її види і фактори, що її визначають. Методи розвитку швидкісних здібностей. Витривалість і її прояви у легкоатлетів.	20	квітень

	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		Джерела енергозабезпечення м'язової роботи та фактори, що визначають рівень аеробних і анаеробних можливостей. Методи розвитку витривалості. Особливості контролю витривалості. 2		
Тема 4. Організація змагань з легкої атлетики.	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		а) загальні положення (організації, які проводять змагання, спортивний календар, положення про змагання, вимоги до оформлення спортивних розрядів, звань, рекордів), допуск учасників, заявки, правила змагань. б) учасники змагань (обов'язки і права, представники і капітани команд, заявки, протести). в) спортивні судді (обов'язки і права суддів, категорії суддів, структура і план роботи колегії суддів, суддівсько-технічні колегії). 4 - 10	20	травень
Тема 5. Методика навчання техніки бігу на короткі дистанції.	Практичні заняття Самостійна робота		а) вивчення техніки спринту, послідовне оволодіння елементами спринтерського бігу в цілому (особливості бігу на короткі дистанції, різновидності старту, вихідне	10	травень

			положення на старті, вихід зі старту, стартове прискорення, біг по прямій, фінішування); б) послідовне оволодіння технікою основних, підготовчих і спеціальних вправ для засвоєння техніки бігу на короткі дистанції. 12 10		
Тема 6. Методика навчання техніки стрибка у висоту способом «переступання».	Практичні заняття Самостійна робота		а) вивчення техніки естафетного бігу, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою в цілому; б) способи несення і передачі естафетної палички, встановлення контрольних відміток у зонах передачі, стартові положення, біг по дистанції; в) послідовне оволодіння технікою основних і спеціальних вправ для вдосконалення естафетного бігу. 10 10	10	червень
Контрольна робота	Самостійна робота	1,4,7,1 1	Завдання тем 1-6	10 балів	червень
Тема 7.. Методика навчання техніки бігу на короткі дистанції.			а) вивчення техніки спринту, послідовне оволодіння елементами спринтерського бігу в цілому (особливості бігу на короткі дистанції, різновидності старту, вихідне положення на старті, вихід зі старту, стартове прискорення, біг по прямій, фінішування); б) послідовне оволодіння технікою основних, підготовчих і спеціальних вправ для засвоєння техніки бігу на короткі	5	жовтень

	Практичні заняття Самостійна робота		дистанції. 8 10		
Тема 8. Методика навчання техніки бар'єрного бігу	Практичні заняття Самостійна робота		а) послідовність постановки завдань, підбір засобів і методичні вказівки при навчанні техніки бар'єрного бігу; б) об'єктивні і суб'єктивні причини виникнення помилок при навчанні техніки вправи і способи їх виправлення. 10 10	5	жовтень
Тема 9. Методика навчання техніки потрійного стрибка.	Практичні заняття Самостійна робота		а) вивчення техніки потрійного стрибка, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою стрибка в цілому (скок, крок, стрибок); б) послідовне оволодіння технікою основних, підготовчих і спеціальних вправ для засвоєння потрійного стрибка. 8 10	5	листопад
Тема 10. Методика навчання техніки бігу на середні і довгі дистанції.			а) вивчення техніки бігу, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою в цілому (положення тулуба і голови, рухи ніг і рук, цикл подвійного кроку, рухи під час бігу); б) послідовне оволодіння технікою основних, підготовчих і спеціальних вправ для освоєння техніки бігу та її	5	листопад

	Практичні заняття Самостійна робота		вдосконалення; в) спеціальні вправи, що забезпечують виховання фізичних якостей необхідних для бігу на середні і довгі дистанції. 8 10		
Тема 11. Методика навчання техніки метання спису	Практичні заняття Самостійна робота		а) обладнання місця для занять та змагань; б) способи тримання; в) характеристика фаз: розбіг, обгону спортивного приладу, положення перед фінальним зусиллям, фінальне зусилля, випуску та гальмування після кидка; г) техніка безпеки та попередження травматизму при проведенні занять та змагань. Правила змагань з метань: а) загальні положення; б) метання спису. 6 10	5	истопад
Контрольна робота	Самостійна робота	1,4,7,1 1	Завдання тем 7-11	5 балів	грудень
7. Система оцінювання курсу					
Загальна система оцінювання курсу		<p>Система оцінювання знань студентів з кожної навчальної дисципліни включає поточний, модульний та семестровий контролю знань.</p> <p>Поточний контроль здійснюється під час проведення лекційних, практичних, індивідуальних занять і має на меті перевірку знань студентів з окремих тем навчальної дисципліни та рівня їх підготовленості до виконання конкретної роботи. Оцінки у національній шкалі («відмінно» — 5, «добре» — 4, «задовільно» — 3, «незадовільно» — 2), отримані студентами, виставляються в академічних журналах.</p> <p>Модульний контроль проводиться (виставляється) на підставі</p>			

	<p>оцінювання результатів знань студентів після вивчення матеріалу з логічно завершеної частини дисципліни — змістового модуля.</p> <p>Завданням модульного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу (теми), вироблення навичок проведення розрахункових робіт, вміння вирішувати конкретні ситуативні задачі, здатності осмислювати зміст даної частини дисципліни, уміння публічно чи письмово подати певний матеріал. Форми модульного контролю та система оцінювання рівня знань та вмінь студентів визначаються кафедрою та відображаються у робочій навчальній програмі дисципліни. Кількість балів за кожний модуль (оцінка контролю у балах) визначаються кафедрою.</p> <p>Семестровий (підсумковий) контроль проводиться у формі екзамену. Екзамен — форма підсумкового контролю, яка передбачає перевірку розуміння студентом теоретичного та практичного програмного матеріалу з усієї дисципліни, здатності творчо використовувати здобуті знання та вміння, формувати власне ставлення до певної проблеми тощо. Форма проведення екзамену може бути письмова, письмово-усна, у формі тестових екзаменаційних завдань. Зміст екзаменаційних завдань та критерії оцінювання встановлюються кафедрою.</p>
<p>Вимоги до письмової роботи</p>	<p>При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, лабораторних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо.</p> <p>Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтвержені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).</p>
<p>Практичні заняття</p>	<p>Відповідь студента на практичному занятті оцінюється за 4-бальною системою:</p> <p>5 балів – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв’язання поставлених перед ним завдань.</p> <p>4 бали – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.</p> <p>3 бали – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово,</p>

фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.

2 бали – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

Умови допуску до підсумкового контролю	Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики		
	90 – 100	A	відмінно		
	80 – 89	B	добре		
	70 – 79	C			
	60 – 69	D	задовільно		
	50 – 59	E			
	26 – 49	FX	незадовільно можливістю повторного складання	3	можливі складання
	0-25	F	незадовільно обов'язковим повторним вивченням дисципліни	3	обов'язковим вивченням дисципліни

Залікову оцінку утворює сума балів за практичні роботи(90%) і оцінка за контрольну роботу(10%) .
Екзаменаційна оцінка – сума балів за практичні роботи, виконані протягом семестру(60%), контрольну роботу(10%) і письмові відповіді та практичне завдання екзаменаційного білету(30%).

8. Політика курсу

- Студент повинен вчасно приходити на заняття. Викладач може не допустити студента до заняття, якщо він/вона спізнився без поважної причини.
- У випадку пропуску 5 чи більше практичних занять без поважної причини, студент може бути не допущений до підсумкового контролю (екзамену), або його/її підсумкова оцінка буде знижена;
- Студент повинен добросовісно готуватися до усіх видів поточного, модульного та підсумкового контролю;
- Студент має брати активну участь на практичних заняттях;
- Студент повинен бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими студентами, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях;
- Студент може відпрацювати будь-яке пропущене заняття чи вид контролю;
- Заборонено користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час опитування та виконання письмових завдань.
- У випадку порушення норм академічної доброчесності під час виконання завдань поточного, модульного чи підсумкового контролю, студент отримує «0» балів.

- Якщо студент має претензії до викладача через оцінювання, якість надання послуг тощо, спершу треба повідомити про це самого викладача; якщо проблему не вдалося вирішити, студент має право звернутися до завідувача кафедри чи керівництва факультету;
- Студент повинен неухильно дотримуватися правил внутрішнього розпорядку навчального закладу; інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють навчальний процес у ЗВО.

– 9. Рекомендована література

- Жилкин А. И. Легкая атлетика : учебное пособие / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. – 2-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2015. – 464 с.
- Никитушкин В. Г. Легкая атлетика : Учебно-методическое пособие для общеобразовательных школ / В. Г. Никитушкин, В. П. Губа, В. И. Гапеев. – М., 2005. – 224 с.
- Накутний Т. Д. Легка атлетика / Т. Д. Накутний. – К. : ФіС, 1998.
- Присяжнюк Д. С. Легка атлетика в школі / Д. С. Присяжнюк, В. В. Дерев'яно. – Вінниця, 2002.
- Васьков Ю. В. Уроки фізкультури в загальноосвітній школі / Ю. В. Васьков, І. М. Пашков. Харків : Торсінг, 2003.
- Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. І / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навч. Книга – Богдан, 2003.
- Карпов І. Б. Фізична культура / І. Б. Карпов, В. Л. Корчинький. – К., 2006.
- Платонов В. М. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті / В. М. Платонов. – К., 2004.
- Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / В. М. Платонов, М. М. Булатова. – К., 1995.
- Селуянов В. Н. Підготовка бігуна на середні дистанції / В. Н. Селуянов. – М., 2001.
- Попов В. Б. Система спеціальних вправ у підготовці легкоатлетів / В. Б. Попов. – М., 2006.
- Легка атлетика. Біг на короткі дистанції. Програма. Москва, 2004.
- Легка атлетика. Біг на середні і довгі дистанції, спортивна ходьба. Програма. Москва, 2004.
- П'ятничук Д. В. Легка атлетика : навчально-методичний посібник / Д. В. П'ятничук, Я. М. Яців, Г. О. П'ятничук. – Івано-Франківськ : Видавництво Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 2010. – 181 с.
- Легка атлетика : правила змагань на 2010/2011 рр. / пер. і упоряд. В.Г. Конестяпін, П. П. Дацків, В. Й. Лемешко, В. І. Прокопенко, Г. В. Чорненька. – Л. : ЛДУФК, 2011. – 258 с.
- Криличенко О. В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики : навч. посіб. / О. В. Криличенко, О. І. Форостян. – К. : Олімп. л-ра, 2012. – 108 с.
- Інформаційні ресурси
- Мультимедійне забезпечення лекцій та семінарських занять.
- <http://lib.sportedu.ru/>
- <http://www.nbu.gov.ua/>
- <http://www.noc.lviv.ua/litni-yunatski-olimpijski-ihry-v-nankin>
- <http://www.nanjing2014.org/en/>

- Підручники та посібники з видів спорту та загальної теорії підготовки спортсменів.
-

Викладач: П'ятничук Д.В.