

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



Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Теорія і методика обраного виду спорту

Освітня програма «Фізична культура і спорт» другий (магістр) рівень

Спеціальність 017 – фізична культура і спорт

Галузь знань 01 освіта

Затверджено на засіданні кафедри спортивно-педагогічних дисциплін
Протокол № 1 від “30” серпня 2021 р.

м. Івано-Франківськ – 2020

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Опис дисципліни
3. Структура курсу
4. Система оцінювання курсу
5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу
6. Ресурсне забезпечення
7. Контактна інформація
8. Політика навчальної дисципліни

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Теорія і методика обраного виду спорту
Освітня програма	Фізична культура і спорт
Спеціалізація (за наявності)	
Спеціальність	017 – фізична культура і спорт
Галузь знань	01 Освіта
Освітній рівень	магістр
Статус дисципліни	нормативна
Курс / семестр	1-2/1-5
Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати)	Лекції – 24 год. Практичні заняття – 66 год. Семінарські заняття – Самостійна робота – 270 год.
Мова викладання	українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua

2. Опис дисципліни

Мета та цілі дисципліни
<p>Метою навчальної дисципліни «Теорії і методики обраного виду спорту» є забезпечення студентів необхідними теоретичними знаннями, ознайомлення з основами техніки і методики навчання різним змагальним вправам, обґрунтування раціональних режимів занять і тренувань.</p> <p>Завдання вивчення дисципліни є формування комплексних знань, та вмінь, навичок; засвоєння професійних умінь фахівця фізичної культури в процесі вивчення змагальним вправам; 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 видів спорту.</p>
Компетентності
ВК1. Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту. ЗК2. Здатність планувати та управляти часом. ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії СК5.Здатність характеризувати процеси спортивного тренування на різних етапах багаторічної підготовки; СК9.Здатність використовувати методи і засоби фізичної культури для забезпечення повноцінної соціальної та професійної діяльності.
Програмні результати навчання
РН2. Володіти знаннями з основ охорони праці в освітніх установах. РН3. Володіти знаннями з основ охорони праці в освітніх установах. РН. Розробляти програми спортивної підготовки на різних етапах.

3. Структура дисципліни

Тема	Результати навчання	Завдання
Модуль 1 Змістовий модуль 1.		
<p>Тема 1. Предмет та зміст предмету «Теорія і методика обраного виду спорту».</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Теорія і методика обраного виду спорту як наукова та навчальна дисципліна (основні поняття дисципліни) Характеристика системи спортивної підготовки</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Тема 2. Спорт в системі фізичної культури.</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Виникнення сучасного спорту. Основні соціальні функції спорту.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Тема 3. Спорт в системі фізичної культури</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Класифікація видів спорту. Підготовка спортсмена як багатокомпонентний процес. Сучасні тенденції вдосконалення системи спортивного тренування.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Тема 4. Матеріально-технічне забезпечення навчально-тренувального процесу з видів спорту</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Будівництво та обладнання місць занять і основні гігієнічні вимоги, щодо їх експлуатації. Спортивний інвентар і обладнання місць занять. Тренажери у системі спортивної підготовки. Діагностична і керуюча апаратура у системі спортивної підготовки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>

Змістовий модуль 2.

<p>Тема 1. Методика навчання техніки спортивної ходьби.</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: 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) спеціальні вправи, які забезпечують розвиток фізичних якостей необхідних для спортивної ходьби; г) особливості техніки спортивної ходьби і методики навчання, які визначаються індивідуальними можливостями учнів.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Тема 2. Правила змагань з спортивної ходьби</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) вимірювання доріжки; б) старт; в) ходьба по дистанції (момент опори); г) фінішування; д) хронометраж.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Тема 3. Методика навчання техніки бігу на середні і довгі дистанції.</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: 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 засвоєння техніки бігу та її вдосконалення; в) спеціальні вправи, що забезпечують розвиток фізичних якостей необхідних для бігу на</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>

	середні і довгі дистанції.	
Змістовий модуль 3.		
Тема 1. Методика навчання техніки метання малого м'яча і гранати.	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) вивчення техніки метання, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою метання в цілому (утримання 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 розвиток фізичних якостей необхідних для метання м'яча і гранати.	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Тема 2. Методика навчання техніки бігу на короткі дистанції.	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: 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 дистанції.	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Тема 3. Правила змагань з метань.	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) загальні положення про правила змагань із метань; б) правила змагань і обладнання	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи

	метання м'ячика, гранати, списа.	
Модуль 2. Змістовий модуль 2.1.		
Тема 1. Відбір і прогнозування здібностей у процесі багаторічної підготовки спортсменів.	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Здібність, обдарованість, талант. Спортивний відбір і орієнтація спортсменів в процесі багаторічного тренування. Психофізіологія спортивних здібностей. Соматопсихологія спортивних здібностей. Тестування компонентів спортивних здібностей.	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Тема 2. Контроль у спортивному тренуванні.	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Мета, об'єкт і види контролю у спортивному тренуванні Вимоги до показників, які використовуються в контролі у спортивному тренуванні Контроль фізичної підготовленості у спортивному тренуванні	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Тема 3. Контроль у спортивному тренуванні	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Контроль технічної підготовленості у спортивному тренуванні Контроль психологічної підготовленості у спортивному тренуванні Контроль змагальної діяльності у спортивному тренуванні Контроль тренувальних і змагальних навантажень	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи

<p>Тема 4. Психолого-педагогічні медико-біологічні аспекти відновлення в системі підготовки спортсменів</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Загальна характеристика педагогічних, психологічних та медико-біологічних засобів відновлення працездатності (педагогічні засоби відновлення працездатності; психологічні засоби відновлення працездатності; медико-біологічні засоби відновлення працездатності). Узагальнена схема використання відновлюючих засобів під час підготовки до участі в змаганнях. Харчування юних спортсменів.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Змістовий модуль 2.2</p>		
<p>Тема 1. Методика навчання техніки стрибка у довжину.</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Тема 2. Правила змагань з горизонтальних стрибків</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) загальні положення правила змагань зі стрибків; б) правила змагань та обладнання стрибка у довжину з розбігу; в) правила змагань та обладнання потрійний стрибок.</p>	

<p>Тема 3. Правила змагань з бігових видів</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) вимірювання бігової доріжки; б) стартові колодки у спринтерському бігу; в) старт та стартовий розбіг у бігових видах; г) біг по дистанції у бігових видах; д) фінішування у бігових видах; е) хронометраж і фотофініш у бігу.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Змістовий модуль 2.3.</p>		
<p>Тема 1. Удосконалення техніки метання гранати.</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) удосконалення техніки схресного кроку; б) розвиток вибухової сили м'язів які обертають, згинають і розгинають тулуб; в) стрибкові вправи; г) силові імітації.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Тема 2. Удосконалення техніки бігу на короткі дистанції.</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) підвищення максимальної швидкості бігу (пробігання відрізків 30м з максимальною швидкістю, спец. вправи з великою скорочувальною здатністю); б) розвиток силових і швидкісно-силових якостей</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>
<p>Модуль 3 Змістовий модуль 3.1.</p>		
<p>Тема 1. Кондиційне (оздоровче) тренування як провідний вид спортивно-оздоровчих занять</p>	<p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Загальні основи побудови оздоровчого тренування Завдання оздоровчого (кондеційного)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, <p>Завдання для самостійної роботи</p>

	тренування Зміст і обсяг рухової активності у різних вікових групах населення	
Тема 2. Загальна характеристика циклічних вправ які застосовуються в кондиційному тренуванні	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Загальна характеристика циклічних вправ Методика використання оздоровчого бігу та ходьби	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Тема 3. Загальна характеристика циклічних вправ які застосовуються в кондиційному тренуванні	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Методика використання плавання в оздоровчому тренуванні Методика використання їзди на велосипеді у оздоровчому тренуванні Методика використання пересування на лижах в оздоровчому тренуванні	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Тема 4. Оздоровче тренування із застосування рухливих та різновидів спортивних ігор	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: Оздоровчий ефект спортивних ігор в оздоровчому тренуванні Дозування фізичного навантаження під час оздоровчого тренування засобами спортивних ігор Характеристика спортивних ігор які застосовуються у оздоровчому тренуванні Програмування оздоровчих занять зі спортивних ігор	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Змістовий модуль 3.2.		
Тема 1. Методика навчання техніки естафетного бігу.	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) вивчення техніки естафетного бігу, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою в цілому; б)	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи

	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.	
Тема 2. Методика навчання техніки штовхання ядра.	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) вивчення техніки штовхання ядра, послідовне оволодіння елементами техніки і технікою штовхання ядра в цілому (тримання ядра, вихідне положення і початкові рухи, підготовка до фінального зусилля і рухи для збереження рівноваги); б) послідовне оволодіння технікою основних, підготовчих і спеціальних вправ для засвоєння техніки штовхання ядра; в) спеціальні вправи, які забезпечують розвиток фізичних якостей необхідних для штовхання ядра.	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Тема 3. Правила змагань з метань	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) загальні положення з правил змагань із штовхання ядра; б) правила змагань та обладнання штовхання ядра.	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи
Змістовий модуль 3.3.		
Тема 1. Удосконалення техніки бігу на середні і довгі дистанції.	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) розвиток спеціальної витривалості; б) безперервний довготривалий біг (рівномірний, перемінний); в) інтервальний біг – пробігання відрізків (з різною довжиною, швидкістю, з різними інтервалами	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи

	відпочинку і кількістю повторень, відпочинок активний і пасивний); г) змагання.	
Тема 2. Правила змагань бігових видів	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: а) вимірювання доріжки; б) стартові колодки; в) старт; г) біг по дистанції; д) фінішування; е) хронометраж.	<ul style="list-style-type: none"> • Контрольні запитання, • Тести рівня знань, Завдання для самостійної роботи

4. Система оцінювання курсу

Накопичування балів під час вивчення дисципліни	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичне заняття	40
Самостійна робота	5
Знання термінів	5
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Робота на парах	Оцінка за самостійну роботу	Оцінка за знання термінології	Екзамен	Разом
40	5	5	50	100
<ul style="list-style-type: none"> • Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою. • По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,4, відповідно – максимальний бал за усі отриманні заняття у підсумку може скласти 40 балів. • Оцінювання за екзамен відбувається у 100-бальній шкалі, отримана оцінка сходиться на ваговий коефіцієнт 0,5. • Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 40 балів), отриманих балів за самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 5 балів), оцінки за знання термінології (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал може скласти 5 балів) і оцінки, отриманої за екзамен (максимальний бал – 50 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів. • 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. • Якщо студент не склав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то 				

він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).

- Оцінка за іспит формується із суми відповідей студентів на 3 основні запитання та 2 додаткові (по 10 балів за кожне запитання), або, за вимогою – на основі результатів тестування (максимальна оцінка за тести – 50 балів)

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

- *90-100 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.
- *70-89 балів* – 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.
- *50-69 балів* – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, 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.
- *Менше 50 балів* – 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.

6. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми) та інше
Література:	
Рекомендована література	
<ol style="list-style-type: none">1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. -К.: Олимпийская литература, 1997. - 583 с.2. Платонов В.Н. Адаптация в спорте. - К.: Здоров'я, 1988. - 215 с.3. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 375.4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М: ФиС, 1985. - 176 с.5. Гавердовский Ю.К. Опыт трактовки ортодоксальной дидактики в современном контексте обучения спортивным упражнениям // Теория и практика физической культуры. - 1991. - № 8. - С.12-20.6. Гірник А.М. Основи психопедагогіки: Навч. посібник для ад'юнктів (аспірантів), слухачів ФПК, викладачів вузів, рекомендований Міністерством освіти України. - К.: КВГІ, 1996. - 136 с.7. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. - М.: Физкультура и спорт. - 208 с., ил. (Наука - спорту: Психология).8. Гуськов С.И. Спортивный маркетинг. - К.: Олимпийская литература, 1995. -296 с.9. Келлер В.С. Деятельность спортсмена в вариативных конфликтных ситуациях. - Киев: Здоров'я, 1977.10. Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. - Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1992. - 269 с.	

11. Педагогика спорта / Тер-Ованесян А.А., Тер-Ованесян И.А. - К.: Здоров'я, 1986. - 208 с.
12. Жилкин А. И. Легкая атлетика : учебное пособие / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. – 2-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2005. – 464 с.
13. Никитушкин В. Г. Легкая атлетика : Учебно-методическое пособие для общеобразовательных школ / В. Г. Никитушкин, В. П. Губа, В. И. Гапеев. – М., 2005. – 224 с.
14. Накутний Т. Д. Легка атлетика / Т. Д. Накутний. – К. : ФіС, 1998.
15. Присяжнюк Д. С. Легка атлетика в школі / Д. С. Присяжнюк, В. В. Дерев'яно. – Вінниця, 2002.
16. Васьков Ю. В. Уроки фізкультури в загальноосвітній школі / Ю. В. Васьков, І. М. Пашков. Харків : Торсінг, 2003.
17. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. І. / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навч. Книга – Богдан, 2003.
18. Карпов І. Б. Фізична культура / І. Б. Карпов, В. Л. Корчинський. – К., 2006.
19. Платонов В. М. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті / В. М. Платонов. – К., 2004.
20. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / В. М. Платонов, М. М. Булатова. – К., 1995.
21. Селуянов В. Н. Підготовка бігуна на середні дистанції / В. Н. Селуянов. – М., 2001.
22. Попов В. Б. Система спеціальних вправ у підготовці легкоатлетів / В. Б. Попов. – М., 2006.
23. Легка атлетика. Біг на короткі дистанції. Програма. Москва, 2004.
24. Легка атлетика. Біг на середні і довгі дистанції, спортивна ходьба. Програма. Москва, 2004.
25. 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.
26. 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.
27. 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.
28. Шевченко А.А., Перовициков Ю.А. Основы физического воспитания. – К.: Вища школа, 1984. – 35-51с.
29. Иванков Ч.Т. Методические основы теории и методики физической культуры и спорта. – М. : ИНСАН, 2005. – 85-98с.
30. Юрченко Б.І. Підготовка місць змагань в легкій атлетиці: - К.: Здоров'я, 1987, С. 13-18.
31. Легка атлетика. Правила змагань в ФЛА. – М.: Советский спорт, 2003. – 200с
32. Гогін О.В. Легка атлетика. – Харків, ОВС. – 2001. – 12-14с.

Додаткова:

1. Андриади И.П. Основы педагогического мастерства: Учеб. по-соб. для студ. сред. пед. учеб. завед. – М.: Изд. центр «Академия», 1999. – 160 с.
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Педагогика, 1988. – С. 294-297.
3. Гриньова В.М. Педагогічна культура майбутнього вчителя: Навч. посіб. для студентів, викладачів та вчителів. – Х.: ХГПУ ім. Г.С. Сковороди, 1996. – 104 с.
4. Ершов П.М. и др. Общение на уроке, или режиссура поведения учителя. – 2-е изд., перераб. и доп. – М., 1998. – 336 с.

5. Кухарев Н.В. На пути к профессиональному совершенству: Книга для учителя. – М.: Просвещение, 1990. – 159 с.
6. Лазарев М.О., Собаєва О.В. Основи педагогіки: Навчальний по-сібник. – Суми: Вид-во СумДУ, 2000. – 141 с.
7. Маркова А.К. Психология профессионализма. – М., 1996. – 190 с.
8. Приходько А.И., Щокина Н.Б. Основы педагогического мастерства: Учеб.-метод. пособ. для студ. высших учеб. завед. – Х.: Издатель Шуст А.И., 2001. – С.7–8.
9. Станкин М.И. Психология общения: Курс лекций. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭКС», 2000. – 304 с.
10. Коробченко В.В. Легка атлетика. — К.: Вища шк., 1977.— С. 31, 35, 79.
11. Донской Д.Д., Зацюрский В.М. Биомеханика. — М.:Физкультура и спорт, 1979. — С. 16, 173.
12. Лапутин А.Н., Ханко В.Е. Биомеханика физических упражнений. — К.: Рад. шк. — 1986. — С. 5.
13. Легкая атлетика (Под ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова). — М.: ФиС, 1989. — С. 37.
14. Озолин Э.С. Спринтерский бег. — М.: ФиС, 1986.
15. Петровский В.В. Бег на короткие дистанции. — М.: ФиС, 1978. — С. 80.
16. Уткин В.Л. Биомеханика физических упражнений. —М.: Просвещение, 1989. — С. 14, 117.
17. Гуревич И.А. 1500 упражнений для моделирования круговой тренировки. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – Минск: Высшая школа, 1980. 256 с.
18. Ильина Т.А. Лекция в высшей школе. – М.: Знание, 1977. – 77 с.
19. Лящук Р.П., Огнистий А.В. Гімнастика: Навчальний посібник (у двох частинах). Ч.1. – Тернопіль: ТДПУ, 2000. -164 с.
20. Лящук Р.П., Огнистий А.В. Гімнастика: Навчальний посібник (у двох частинах). Ч.2. – Тернопіль: ТДПУ, 2001. – 212 с.
21. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів: Практикум. – Л.: Світ, 1993. – 184 с.
22. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. – Тернопіль: Збруч, 2000. – 183 с.
23. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч.1. –Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
24. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч.2. –Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 248 с.

7. Контактна інформація

Кафедра	Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін м.Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57 каб. КСС тел. (0342) 50-60-20 spd@pnu.edu.ua
Викладач	Римик Роман Васильович кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Контактна інформація викладача	+380509341387 https://roman.rymyk@pnu.edu.ua

Академічна доброчесність	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на ряді положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» ➤ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про запобігання академічному плагіату у ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”. ➤ Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”. ➤ Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”. <p>Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/</p>
Пропуски занять (відпрацювання)	<p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) (див. стор. 4.).</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, оцінка за завдання - «незадовільно», відповідно до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 4-5.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Невідповідна поведінка під час заняття	<p>Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти» - ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Додаткові бали	<p>Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу.</p> <p>Також за рішенням кафедри професійної освіти та інноваційних технологій студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ</p>

	“Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 3.
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується «Положенням про порядок зарахування результатів неформальної освіти у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №819 від 29.11.2019) - https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/

Викладач: Римик Р.В.