

Поля форми	Опис поля форми
Київський університет імені Бориса Грінченка	
Кафедра	Фізичного виховання і педагогіки спорту
Програма екзамену з дисципліни	Легка атлетика і методика її викладання
Курс	I
Спеціальність (спеціалізація)	017 – Фізична культура і спорт (Фізичне виховання)
Форма проведення Письмова/усна/ <b>комбінована</b>	<b>комбінована</b>
Тривалість проведення	3 години
Максимальна кількість балів: 40 балів	1. Теоретична (15 балів) 2. Практична (25 балів)
Критерії оцінювання:	<p>Екзаменаційне тестове завдання складається з 15 тестів, які оцінюються в 1 бал кожний.</p> <p>Результат виконання практичного екзаменаційного завдання оцінюється за такою шкалою:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>20-25 балів</b> - виставляється студенту тоді, коли його відповідь бездоганна за змістом, формою, обсягом. Це означає, що студент в повній мірі за програмою засвоїв увесь навчальний матеріал, викладений в підручниках та інших джерелах, наводить власні міркування, робить узагальнюючі висновки, вміє пов'язати вивчений матеріал з реальною дійсністю і доцільно використовує його для аналізу практичних завдань.</li> <li>– <b>13-19 бали</b> - передбачає також високого рівня знань, навичок і вмінь. При цьому відповідь досить повна, логічна, з елементами самостійності, але містить деякі неточності, або пропуски в неосновних питаннях. Можливе слабке знання додаткової літератури, недостатня чіткість в визначенні понять.</li> <li>– <b>7-12 бали</b> – передбачає наявність знань лише основної літератури, студент відповідає по суті питання, і в загальній формі розбирається у матеріалі, але відповідь неповна, неглибока, містить неточності, дає недостатньо правильні формулювання, порушує послідовність викладу матеріалу, відчуває труднощі, застосовуючи знання при рішенні практичних завдань.</li> </ul>

	<p>– <b>1- 6 бали</b> - ставиться, коли студент не знає значної частини програмного матеріалу, допускає суттєві помилки при висвітленні понять, на додаткові питання відповідає не по суті, робить велику кількість помилок в усній відповіді.</p>
<p>Перелік допоміжних матеріалів</p>	
<p>Орієнтовний перелік питань</p>	<p style="text-align: center;"><b>ПИТАННЯ ДО ЕКЗАМЕНУ «ЛЕГКА АТЛЕТИКА ТА МЕТОДИКА ЇЇ ВИКЛАДАННЯ»</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія розвитку спринтерського бігу у чоловіків.</li> <li>2. Фази техніки стрибка у довжину способом «зігнувши ноги».</li> <li>3. Історія розвитку легкоатлетичних метань.</li> <li>4. Особливості техніки бігу на короткі дистанції.</li> <li>5. Легка атлетика на сучасних Олімпійських іграх 1896 року.</li> <li>6. Особливості техніки бігу на середні дистанції.</li> <li>7.Методика навчання техніки тримання і виштовхування ядра.</li> <li>8. Особливості техніки низького старту.</li> <li>9. Способи виправлення помилок в техніці естафетного бігу.</li> <li>10.Досягнення українських легкоатлетів на Олімпійських іграх 1992р. в Барселоні.</li> <li>11. Методика навчання техніки низького старту і стартового розгону.</li> <li>12.Методика навчання техніки фінального зусилля в штовханні ядра.</li> <li>13. Методика навчання техніки бігу на середні дистанції по прямій.</li> <li>14. Виступ українських легкоатлетів на XXII Олімпійських Іграх в Москві (1980р.).</li> <li>15. Особливості техніки естафетного бігу.</li> <li>16. Методика навчання техніки відштовхування у стрибках у довжину з розбігу.</li> <li>17. Історія розвитку бігу на середні дистанції.</li> <li>18. Техніка стрибка у висоту способом «переступання».</li> <li>19. Методика навчання техніки групування у стрибках у довжину з розбігу.</li> <li>20. Місце та значення легкої атлетики в сучасній</li> </ol>

- системі фізичного виховання.
22. Особливості техніки бігу на довгі дистанції.
  23. Методика навчання техніки фінального зусилля в метанні малого м'яча.
  24. Основні засоби та методи підготовки легкоатлетів.
  25. Техніка спринтерського бігу по дистанції.
  26. Методика навчання техніки бігу по повороту на середніх дистанціях.
  27. Досягнення українських легкоатлетів на Олімпійських іграх в Атланті - 1996р.
  28. Виступ українських легкоатлетів на XX Олімпійських Іграх в Мюнхені (1972р.).
  29. Техніка фінішування в бігу на коротких дистанціях.
  30. Методика навчання поєднання розбігу з відштовхуванням у стрибках у висоту.
  31. Історія розвитку стрибків у висоту.
  32. Техніка передачі естафетної палички.
  33. Методика навчання техніки приземлення у стрибках у довжину способом «зігнувши ноги».
  34. Досягнення українських легкоатлетів на Олімпійських іграх у Сіднеї - 2000р.
  35. Історія розвитку бігу на довгі дистанції.
  36. Техніка стрибка у висоту способом «фосбері-флоп».
  37. Виступ українських легкоатлетів на Олімпійських іграх 2004р. в Афінах.
  38. Фази техніки стрибка у висоту способом «переступання».
  39. Помилки, які можуть виникати при навчанні техніки бігу на середні дистанції під час старту і стартового розгону та їх виправлення.
  40. Особливості техніки високого старту.
  41. Техніка тримання снаряда в метанні малого м'яча, спису, диску.
  42. Помилки, які можуть виникати при навчанні техніки стрибків у довжину способом «зігнувши ноги» та їх виправлення.
  43. Видатні українські стрибуни у висоту.
  44. Помилки, які можуть виникати при навчанні техніки метання м'яча та способи їх виправлення.
  45. Легкоатлетичний спорт в Україні після утворення незалежної держави.
  46. Техніка фінального зусилля в метанні м'яча.

47. Методика навчання техніки оволодіння ритмом розбігу у стрибках у висоту.
48. Видатні українські легкоатлети.
49. Легка атлетика у програмі Олімпійських ігор.
50. Техніка низького старту з естафетною паличкою.
51. Некомерційні та комерційні змагання з легкої атлетики.
52. Групи видів легкої атлетики.
53. Методика навчання техніки переходу через планку у стрибках у висоту способом «переступання».
54. Досягнення українських легкоатлетів на Олімпійських іграх 2008р. в Пекіні.
55. Історія сучасної легкої атлетики.
56. Особливості техніки кросового бігу.
57. Методика навчання техніки високого старту і фінішування в бігу на середніх дистанціях.
58. Виступ українських легкоатлетів на XXIV Олімпійських іграх в Сеулі (1988р.).
59. Техніка розбігу в метанні м'яча, спису.
60. Методика навчання техніки кросового бігу.
61. Спортивні досягнення легкоатлетів на I Олімпійських іграх (Афіни 1896р.).
62. Техніка метання диску.
63. Класифікація та характеристика бігових видів легкої атлетики.
64. Виступ українських спортсменів на XIX Олімпійських Іграх в Мехіко (1968р.).
65. Класифікація та характеристика легкоатлетичних стрибків.
66. Методика навчання кидкових кроків в метанні м'яча.
67. Участь українських легкоатлетів на XVIII Олімпійських Іграх в Токіо (1964р.).
68. Класифікація та характеристика легкоатлетичних метань.
69. Фізичні вправи, які використовуються у підготовці легкоатлетів.
70. Участь українських легкоатлетів на XXI Олімпійських Іграх в Монреалі (1976р.).
71. Техніка штовхання ядра.
72. Історія розвитку спринтерського бігу у жінок.
73. Категорії бігу.
74. Методика навчання техніки передачі естафетної

	<p>палички.</p> <p>75. Виступ українських спортсменів на XVII Олімпіаді у Римі (1960р.).</p> <p>76. Спортивна ходьба - вправа циклічного характеру.</p> <p>77. Методика навчання техніки бігу на короткі дистанції по дистанції.</p> <p>78. Виступ українських легкоатлетів на XXX Олімпійських Іграх у Лондоні 2012 рік.</p> <p>79. Особливості техніки бігу на 200м і 400м.</p> <p>80. Методика навчання техніки старту бігуна, приймаючого естафету.</p> <p>81. Виступ українських легкоатлетів на Олімпійських Іграх у Ріо де Жанейро 2016 рік.</p> <p>82. Способи стрибків у висоту.</p> <p>83. Сектор та правила стрибків у довжину з розбігу.</p> <p>84. Легкоатлетичні багатоборства.</p> <p>85. Видатні українські бігуни на короткі дистанції.</p> <p>86. Методика навчання техніки фінішування з бігу на короткі дистанції.</p> <p>87. Методика навчання техніки розбігу і вироблення постійної довжини бігового кроку у стрибках у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги».</p> <p>88. Техніка стрибка у довжину з місця.</p> <p>89. Методика навчання тримання і випускання малого м'яча.</p> <p>90. Методика навчання техніки фінішування в бігу на коротких дистанціях.</p>
<p>Екзаменатор Завідувач кафедри</p>	<p>Гнутова Н.П., Гацко О.В. Ясько Л.В.</p>