Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури, спорту і реабілітації
Кафедра спорту і спортивних ігор

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор

Микола ПРОЗАР

підпис
27 серпня 2026 р.

Зі змінами
02 листопада 2026 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за освітньо-професійною програмою Середня освіта (Фізична культура)

спеціальності А4 Середня освіта (Фізична культура) / 014 Середня освіта

(Фізична культура)

галузі знань А Освіта / 01 Освіта/Педагогіка

мова навчання: українська

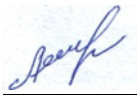
2026-2027 навчальний рік

Розробник програми: Гоншовський ВАДИМ, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Вадим СТАСЮК, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри спорту і спортивних ігор

Ухвалено на засіданні кафедри спорту і спортивних ігор
Протокол №16 від 27 серпня 2026 року

Зі змінами
Протокол №21 від 02 листопада 2026 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми  Аліна БОДНАР

1. Мета вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання легкої атлетики» полягає у формуванні, інтегральної, загальних та спеціальних (фахових, предметних) компетентностей у майбутніх учителів фізичної культури щодо оволодіння технікою основних видів легкоатлетичних вправ, надбання необхідних знань, вмінь та навичок для самостійної педагогічної та організаторської роботи з легкої атлетики в ЗНЗ та НУШ

2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	**Характеристика навчальної дисципліни**	
	денна форма здобуття вищої освіти	**заочна форма здобуття вищої освіти**
Рік навчання	1-й рік	2-й рік
Семестр вивчення	1 семестр	3/4 семестри
Кількість кредитів ЄКТС	3 кредити	3 кредити
Загальний обсяг годин	90 годин	90 годин
Кількість годин навчальних занять	46 годин	12 (4/8) годин
Лекційні заняття	4 години	2/ години
Практичні заняття	42 години	10 (2/8) годин
Семінарські заняття	-	-
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	44 годин	78 (26/52) годин
Форма підсумкового контролю	Залік	/Залік
Рік навчання	2-й рік	3-й рік
Семестр вивчення	3 семестр	5 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	3 кредити	3 кредити
Загальний обсяг годин	90 годин	90 годин
Кількість годин навчальних занять	44 годин	16 годин
Лекційні заняття	6 години	4 годин
Практичні заняття	40 години	12 годин
Семінарські заняття	-	-
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	46 годин	74 години
Форма підсумкового контролю	Залік	Залік
Рік навчання	3-й рік	4-й рік
Семестр вивчення	5 семестр	7 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	3 кредити	4 кредити
Загальний обсяг годин	90 годин	90 годин

Кількість годин навчальних занять	44 годин	18 годин
Лекційні заняття	4 години	4 годин
Практичні заняття	40 години	14 годин
Семінарські заняття	–	–
Лабораторні заняття	–	–
Самостійна та індивідуальна робота	46 годин	72 години
Форма підсумкового контролю	Екзамен	Екзамен

3. Статус дисципліни: обов'язковий освітній компонент професійної підготовки.

4. Передумови для вивчення дисципліни: завдяки вивченню обов'язкових освітніх компонентів професійної підготовки, а саме: «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Вступ до спеціальності», «Історія фізичної культури», «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Теорія і методика фізичного виховання».

5. Програмні компетентності навчання:

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання легкої атлетики» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися інтегральна, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності.

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів фізичного виховання, медико-біологічних, практичних та психолого-педагогічних основ фізичного виховання і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти.

Загальні компетентності:

- ЗК 02 Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність).

- ЗК 03 Здатність виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність і мультикультурність у суспільстві; здатність до вияву національної культурної ідентичності, творчого самовираження (культурна компетентність).

Спеціальні фахові компетентності:

- СК 02 Здатність моделювати зміст уроків, інших форм фізичної культури відповідно до обов'язкових результатів навчання дітей в закладі загальної середньої освіти, а також здійснювати моніторинг результатів, ураховуючи вікові, статеві й індивідуальні особливості дітей (предметно-методична компетентність).

- СК 03 Здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на формування у дітей вміння застосовувати набуті знання, базові й нові види рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (навчальна компетентність).

- СК 04 Здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на розвиток фізичних (рухових), моральних, вольових якостей дітей під час реалізації різних форм фізичної культури

в закладі загальної середньої освіти (розвивальна компетентність).

- СК 06 Здатність володіти і практично реалізовувати психолого-педагогічні технології, методики, що під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти сприяють формуванню в дітей позитивної самооцінки, я-ідентичності, мотивації до фізичної активності, критичного мислення у пов'язаних із нею питаннях та вміння організовувати відповідну пізнавальну діяльність (психологічна компетентність).

- СК 07 Здатність усвідомлювати особисті відчуття, почуття, емоції, керувати власними емоційними станами за допомогою засобів і методів фізичної культури, а також тактовно і конструктивно взаємодіяти з дітьми, іншими учасниками освітнього процесу у напрямі усвідомлення та поціновування кожного як особистості під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (емоційно-етична компетентність).

- СК 08 Здатність до рівноправної й особистісно орієнтованої взаємодії з дітьми під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, у тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям і підтримки тих, хто має особливі освітні потреби (компетентність педагогічного партнерства).

- СК 09 Здатність організовувати безпечне освітнє середовище з навчального предмету в закладі загальної середньої освіти, використовуючи у різних формах фізичної культури сучасні здоров'язбережувальні технології, що передбачають профілактично-просвітницьку роботу з учнями, іншими учасниками освітнього процесу щодо культури здорового і безпечного життя, санітарії і гігієни, а також надання (у випадку необхідності) їм домедичної допомоги та збереження особистого здоров'я під час професійної діяльності (здоров'язбережувальна компетентність).

- СК 10 Здатність створювати умови для функціонування інклюзивного освітнього середовища під час реалізації в закладі загальної середньої освіти різних форм фізичної культури, яке передбачає педагогічну підтримку дітей із особливими освітніми потребами шляхом забезпечення сприятливих умов для реалізації їх фізичної активності (інклюзивна компетентність).

- СК 11 Здатність організовувати кожну визначену форму фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти (урочну, позаурочні малі й масові спортивно-оздоровчі), а також організовувати діяльність дітей під час реалізації кожної такої форми та вести документацію, передбачену освітнім процесом із фізичної культури (організаційна компетентність).

- СК 12 Здатність прогнозувати результати фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти протягом певного року навчання, враховуючи їхні вихідні дані, індивідуальні особливості, а протягом навчального семестру й чверті з урахуванням поставлених завдань і можливостей дітей (прогностична компетентність).

- СК 13 Здатність проєктувати зміст уроків, позаурочних форм фізичної культури, виконуючи вимоги державного стандарту освіти та враховуючи освітні потреби і попередні результати розвитку та навчання дітей (проєктувальна компетентність).

- СК 14 Здатність оцінювати результати фізичної культури за напрямом, що стосується розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, оволодіння теоретико-методичними знаннями; аналізувати одержані оцінки й забезпечувати самооцінювання за такими напрямами: розвиток фізичних (рухових) якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань, умінь

(оцінювально-аналітична компетентність).

6. Очікувані результати навчання з дисципліни.

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання легкої атлетики» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання:

- ПРН 04 Вміє застосовувати теоретичне моделювання при формуванні змісту уроків та інших форм фізичної культури дітей з урахуванням вікових особливостей, персональних здібностей, інтересів, потреб і мотивів.
- ПРН 05 Володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для навчання дітей застосовувати набуті знання при реалізації базових і нових видів рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти.
- ПРН 06 Володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для формування освіченості дітей у здійсненні розвитку фізичних (рухових), моральних, вольових якостей за допомогою засобів і методів фізичної культури.
- ПРН 07 Вміє орієнтуватись в інформаційному просторі фізичної культури, здійснювати пошук і критичний аналіз одержаної інформації, а також адекватно оперувати нею під час професійної діяльності; добирати електронні освітні ресурси, оцінювати їх ефективність для досягнення освітніх цілей відповідно до умов навчання, вікових особливостей, рівня підготовленості й потреб дітей.
- ПРН 08 Спроможний визначати завищену (занижену) самооцінку дітей для її подальшої корекції, створювати умови для формування позитивної мотивації під час визначених форм фізичної культури; застосовувати завдання, засоби, методи і навчальний матеріал, що забезпечують розвиток пізнавальної діяльності дітей щодо фізичної культури; використовувати технології розвитку в дітей критичного мислення та формування навичок рефлексії у питаннях із фізичної культури для розуміння себе, своїх цінностей, потреб, можливостей.
- ПРН 10 Застосовує механізми суб'єкт-суб'єктного підходу в практичній діяльності, вміння координувати і стимулювати навчально-пізнавальну діяльність дітей, підтримання їх прагнень до розкриття індивідуальних здібностей, можливостей і саморозвитку, в тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям та підтримки тих, хто має особливі освітні потреби.
- ПРН 11 Вміє організовувати освітнє середовище для занять фізичною культурою, враховуючи правила безпеки життєдіяльності, протиепідемічні, санітарні норми і правила, а також проводити профілактичні заходи зі збереження й зміцнення здоров'я дітей та надавати (у випадку необхідності) домедичну допомогу дітям, іншим учасникам освітнього процесу в закладі загальної середньої освіти.
- ПРН 12 Вміє створювати умови для функціонування інклюзивного освітнього середовища під час реалізації в закладі загальної середньої освіти різних форм фізичної культури, передусім забезпеченням сприятливих умов для реалізації фізичної активності дітей із особливими освітніми потребами.
- ПРН 13 Вміє використовувати набуті знання і рекомендації, інновації фахівців щодо організації різних форм фізичної культури та діяльності дітей під час їх реалізації в закладі загальної середньої освіти.
- ПРН 14 Знає вимоги до оформлення документації, основні закономірності

побудови документів для забезпечення освітнього процесу та вміє практично застосувати такі знання.

- ПРН 15 Вміє враховувати вихідні дані й індивідуальні особливості дітей при прогнозуванні результатів фізичної культури на кожний рік навчання, а поставлені завдання і можливості дітей при прогнозуванні результатів на певний навчальний семестр і чверть.

- ПРН 16 Проєктує зміст уроків фізичної культури для учнів початкової, основної школи та позаурочних форм із урахуванням вимог державного стандарту освіти, освітніх потреб і попередніх результатів розвитку та навчання дітей.

- ПРН 17 Використовує сучасну аналітику та психолого-педагогічні умови оцінювання результатів дітей та забезпечення самооцінювання ними, що стосуються розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань.

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання легкої атлетики» здобувачі вищої освіти повинні **знати:**

Перший рік навчання денна форма здобуття вищої освіти та другий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти:

- історію розвитку легкої атлетики;
- визначення базових понять предмету «теорії і методики викладання легкої атлетики»: легка атлетика, техніка, фізична вправа, багатоборство, багатоскоки, біг, бар'єр, величина навантаження, відрізок, відштовхування, віраж, відновлення, витривалість, швидкість, сила, гнучкість, координація, дискваліфікація, дистанція, довжина, доріжка, календар змагань, класифікація, мезоцикл, методика;
- основу техніки спортивної ходьби та метання малого м'яча;
- основу техніки бігу на середні та довгі дистанції та метання гранати;
- основу техніки кросового бігу;
- основу техніки бігу на короткі дистанції та метання списа;
- основу техніки естафетного бігу та стрибка у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги»;
- основу техніки стрибка у висоту;

Другий рік навчання денна форма здобуття вищої освіти та третій рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти:

- особливості розвитку рухових здібностей юних легкоатлетів;
- форми організації та методику проведення занять з легкої атлетики в ЗНЗ та НУШ;
- методику навчання техніки штовхання ядра;
- методику навчання техніки метання диска;
- методику навчання техніки метання молота;
- методику навчання техніки стрибка у висоту способом «переступання»
- методику навчання техніки стрибка у висоту способом «хвиля, перекат»
- методику навчання техніки стрибка у висоту способом «фосбері-флоп»
- методику навчання техніки бар'єрного бігу;
- методику навчання техніки бігу з перешкодами (стипль-чез);
- особливості легкоатлетичного багатоборства.

Третій рік навчання денна форма здобуття вищої освіти та четвертий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти:

- особливості організації та проведення занять з легкої атлетики в ЗНЗ та НУЦ;І
- основи тренувань в легкій атлетиці;
- методику планування в легкій атлетиці в ЗНЗ та НУЦ;І
- особливості проведення уроку з легкої атлетики в ЗНЗ та НУЦ;І
- зміст та структуру план-конспекту уроку з легкої атлетики;
- побудову тренувальних занять з легкої атлетики;
- особливості суддівства та правил змагань з легкої атлетики.

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання легкої атлетики» здобувачі вищої освіти повинні **вміти:**

Перший рік навчання денна форма здобуття вищої освіти та Другий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти:

- виконувати техніку спортивної ходьби та метання малого м'яча;
- виконувати техніку бігу на середні та довгі дистанції та метання гранати;
- виконувати техніку кросового бігу;
- виконувати техніку бігу на короткі дистанції та метання списа;
- виконувати техніку естафетного бігу та стрибка у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги»;
- виконувати техніку стрибка у висоту;
- виконувати техніку штовхання ядра;
- виконувати техніку метання списа;
- виконувати техніку метання диску.

Другий рік навчання денна форма здобуття вищої освіти та третій рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти:

- підібрати засоби та методи розвитку рухових здібностей засобами легкої атлетики;
- підбирати форми організації та методику проведення занять з легкої атлетики в ЗНЗ та НУЦ;І
- виконувати техніку штовхання ядра;
- виконувати техніку метання диска;
- виконувати техніку метання молота;
- виконувати техніку стрибка у висоту способом «переступання»
- виконувати техніку стрибка у висоту способом «хвиля, перекат»
- виконувати техніку стрибка у висоту способом «фосбері-флоп»
- виконувати техніку бар'єрного бігу;
- виконувати техніку бігу з перешкодами (стипль-чез);
- організовувати проведення змагань легкої атлетики.

Третій рік навчання денна форма здобуття вищої освіти та четвертий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти:

- підготувати план-конспект уроку з легкої атлетики;
- підбирати засоби і методи відповідно завдань уроку;
- підготувати план-конспект тренувального заняття з легкої атлетики;
- підбирати засоби і методи відповідно завдань тренувального заняття;
- виконувати планування в легкій в ЗНЗ та НУЦ;І
- виконувати техніку видів легкоатлетичного багатоборства;
- організовувати проведення змагань легкої атлетики.

7. Засоби діагностики результатів навчання:

- перший рік навчання денна форма здобуття вищої освіти / другий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти: практичне виконання рухових дій, виконання тестових завдань, модульна контрольна робота, залік;

- другий рік навчання денна форма здобуття вищої освіти / третій рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти: практичне суддівство, виконання тестових завдань, модульна контрольна робота, залік;

- третій рік навчання денна форма здобуття вищої освіти / четвертий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти: проведення фрагментів уроку фізичної культури з легкої атлетики, виконання тестових завдань, модульна контрольна робота, екзамен.

8. Програма навчальної дисципліни

Денна форма здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	**Кількість годин**						
	Разом	**у тому числі**					
		лекційні заняття	**практичні заняття**	**семінарські заняття**	**лабораторні заняття**	**самостійна робота**	**індивідуальна робота**
Перший рік навчання							
Змістовий модуль 1.							
Тема 1. Вступ до дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики».	4	2		-	-	2	-
Тема 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ.	8	2		-	-	6	-
Тема 3. Аналіз техніки та методика навчання: спортивної ходьби та метання малого м'яча.	14	-	8	-	-	6	-
Тема 4. Аналіз техніки та методика навчання: бігу на середні, довгі дистанції та метання гранати.	16	-	8	-	-	8	-
Тема 5. Аналіз техніки та методика навчання кросового бігу.	10	-	4	-	-	6	-
Тема 6. Аналіз техніки та методика навчання: бігу на короткі дистанції та метання списа.	14	-	8	-	-	6	-
Тема 7. Аналіз техніки та методика навчання: естафетного бігу та стрибка у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги».	14	-	8	-	-	6	-
Тема 8. Аналіз техніки та методика навчання стрибка у висоту - способом «переступання»;	10	-	6	-	-	4	-
Разом	**90**	**4**	**42**	**-**	**-**	**44**	**-**

Другий рік навчання							
Змістовий модуль 2.							
Тема 1. Особливості розвитку рухових здібностей юних легкоатлетів.	6	2	-	-	-	4	-
Тема лекції 2. Форми організації та методика проведення занять з легкої атлетики в ЗНЗ та НУШ.	6	2	-	-	-	4	-
Тема 3. Аналіз техніки та методика навчання техніки легкоатлетичних метань: - штовхання ядра; - метання диска; - метання молота.	22	2	12	-	-	8	-
Тема 4. Аналіз техніки та методика навчання техніки стрибка у висоту: - способом «хвиля, перекат»; - способом «фосбері-флоп».	14	-	8	-	-	6	-
Тема 5. Аналіз техніки та методика навчання техніки стрибка у довжину з розбігу: - способом «прогнувшись»; - способом «ножиці».	14	-	8	-	-	6	-
Тема 6. Аналіз техніки та методика навчання техніки бар'єрного бігу: - біг на 100 м та 110 м з/б; - біг 400м з/б.	12	-	6	-	-	6	-
Тема 7. Аналіз техніки та методика навчання техніки бігу з перешкодами (стипль-чез).	10	-	4	-	-	6	-
Тема 8. Легкоатлетичне багатоборство.	10	-	4	-	-	6	-
Разом за ЗМ2	**90**	**6**	**40**	**-**	**-**	**46**	**-**
Третій рік навчання							
Змістовий модуль 3.							
Тема 1. Організація і проведення занять з легкої атлетики в ЗНЗ та НУШ	8	2		-	-	6	-
Тема 2. Основи тренувань в легкій атлетиці.	12	2		-	-	10	-
Тема 3. Планування з легкої атлетики в ЗНЗ та НУШ	10	-	4	-	-	6	-
Тема 4. Урок з легкої атлетики (проведення, рецензування).	20	-	14	-	-	6	-
Тема 5. Планування в спортивній секції з легкої атлетики.	8	-	4	-	-	4	-
Тема 6. Тренувальні заняття з легкої атлетики (проведення, рецензування)	20	-	14	-	-	6	-
Тема 7. Організація, суддівство та правила проведення змагань з легкої атлетики.	14	-	6	-	-	8	-
Разом ЗМ3	**90**	**4**	**40**	**-**	**-**	**46**	**-**
Разом	**270**	**12**	**122**	**-**	**-**	**136**	**-**

Заочна форма здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	Разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Перший рік навчання							
Змістовий модуль 1.							
Тема 1. Вступ до дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики».	22	2	-	-	-	10	-
Тема 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ.				-	-	10	-
Тема 3. Аналіз техніки та методика навчання: спортивної ходьби та метання малого м'яча.	20	-	2	-	-	8	-
Тема 4. Аналіз техніки та методика навчання: бігу на середні, довгі дистанції та метання гранати.		-		-	-	10	-
Тема 5. Аналіз техніки та методика навчання кросового бігу.	24	-	4	-	-	10	-
Тема 6. Аналіз техніки та методика навчання: бігу на короткі дистанції та метання списа.		-		-	-	10	-
Тема 7. Аналіз техніки та методика навчання: естафетного бігу та стрибка у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги».	24	-	4	-	-	10	-
Тема 8. Аналіз техніки та методика навчання стрибка у висоту - способом «переступання»;		-		-	-	10	-
Разом	**90**	**2**	**10**	-	-	**78**	-
Другий рік навчання							
Змістовий модуль 2.							
Тема 1. Особливості розвитку рухових здібностей юних легкоатлетів.	12	2	-	-	-	10	-
Тема лекції 2. Форми організації та методика проведення занять з легкої атлетики в ЗНВ та НУШ	10	2	-	-	-	8	-
Тема 3. Аналіз техніки та методика навчання техніки легкоатлетичних метань: - штовхання ядра; - метання диска; - метання молота.	14	-	4	-	-	10	-
Тема 4. Аналіз техніки та методика навчання техніки стрибка у висоту:	12	-	2	-	-	10	-

- способом «хвиля, перекат»; - способом «фосбері-флоп».							
Тема 5. Аналіз техніки та методика навчання техніки стрибка у довжину з розбігу: - способом «прогнувшись»; - способом «ножиці».	12	-	2	-	-	10	-
Тема 6. Аналіз техніки та методика навчання техніки бар'єрного бігу: - біг на 100 м та 110 м з/б; - біг 400м з/б.	12	-	2	-	-	10	-
Тема 7. Аналіз техніки та методика навчання техніки бігу з перешкодами (стипль-чез).	18	-	2	-	-	8	-
Тема 8. Легкоатлетичне багатоборство.		-		-	-	8	-
Разом за ЗМ2	**90**	**4**	**12**	-	-	**74**	-
Третій рік навчання							
Змістовий модуль 3.							
Тема 1. Організація і проведення занять з легкої атлетики в ЗНЗ та НУШ	24	2	-	-	-	12	-
Тема 2. Основи тренувань в легкій атлетиці.	12	2	-	-	-	10	-
Тема 3. Планування з легкої атлетики	12	-	2	-	-	10	-
Тема 4. Урок з легкої атлетики (проведення, рецензування)	14	-	4	-	-	10	-
Тема 5. Планування в спортивній секції з легкої атлетики.	12	-	2	-	-	10	-
Тема 6. Тренувальні заняття з легкої атлетики (проведення, рецензування)	14	-	4	-	-	10	-
Тема 7. Організація, суддівство та правила проведення змагань з легкої атлетики.	12	-	2	-	-	10	-
Разом ЗМ3	**90**	**4**	**14**	-	-	**72**	-
Разом	**270**	**10**	**36**	-	-	**224**	-

10. Форми та методи поточного, семестрового та підсумкового контролю

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти.

Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти спеціальності А4 Середня освіта (Фізична культура) освітнього рівня «бакалавр» та 014 Середня освіта (Фізична культура) освітнього рівня «бакалавр» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування, практичне виконання рухових дій, проведення фрагментів уроків фізичної культури, демонстрація, вирішення проблемних ситуацій, виконання творчих завдань, створення презентацій навчального матеріалу, аналіз виконаної роботи, контрольне виконання рухових дій з легкої атлетики, модульна контрольна робота, залік (перший та другий рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, другий та третій рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти), екзамен (третій рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, четвертий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти).

11. Критерії оцінювання результатів навчання

<table>
<tr><td colspan="4">Перший рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, другий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти</td></tr>
<tr><td colspan="3">Поточний і модульний контроль (100 балів)</td><td>Загальна сума балів</td></tr>
<tr><td>Змістовий модуль 1.</td><td colspan="2">Модульна контрольна робота</td><td rowspan="2">100 балів</td></tr>
<tr><td>70 балів</td><td colspan="2">30 балів</td></tr>
<tr><td colspan="4">Другий рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, третій рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти</td></tr>
<tr><td colspan="3">Поточний і модульний контроль (100 балів)</td><td>Загальна сума балів</td></tr>
<tr><td>Змістовий модуль 2.</td><td colspan="2">Модульна контрольна робота</td><td rowspan="2">100 балів</td></tr>
<tr><td>70 балів</td><td colspan="2">30 балів</td></tr>
<tr><td colspan="4">Третій рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, четвертий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти</td></tr>
<tr><td colspan="2">Поточний і модульний контроль (60 балів)</td><td>Екзамен</td><td>Загальна сума балів</td></tr>
<tr><td>Змістовий модуль 3.</td><td>Модульна контрольна робота</td><td rowspan="2">40 балів</td><td rowspan="2">100 балів</td></tr>
<tr><td>40 балів</td><td>20 балів</td></tr>
</table>

ТАБЛИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗА РІЗНИМИ ШКАЛАМИ І КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерії оцінювання теоретичної підготовки	Критерії оцінювання практичної підготовки	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою
						Диференційований залік
90-100	A	відмінно	Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Технічний елемент виконано правильно, точно, впевнено і вільно	Високий (творчий)	відмінно
82-89	B	дуже добре	Студент 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	Технічний елемент виконано правильно, точно, впевнено і вільно, але допущена одна не суттєва помилка	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
75-81	C	Добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження своїх думок	Технічний елемент виконаний правильно, але допущено не більше двох незначних помилок, які ведуть до неточного виконання деталей техніки		
67-74	D	задовільно	Студент 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	Технічний елемент виконано в основному правильно, але з однією помилкою, яка призводить до невиконання деталі техніки або трьом помилкам, які спричинять неточне виконання рухової дії	Середній (репродуктивний)	задовільно
60-66	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні	Технічний елемент виконано в основному правильно, але з однією грубою помилкою		
35-59	FX	задовільно, з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Технічний елемент виконаний неправильно, допущено спотворення основи техніки або допущено більше чотирьох інших помилок	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	Технічний елемент не виконано зовсім		

Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти під час навчальних занять

З урахуванням того, що навчальні досягнення учнів закладів загальної середньої освіти оцінюються за 12-бальною шкалою та з метою полегшення процесу адаптації випускників цих закладів до умов навчання у закладі вищої освіти, максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти на навчальних заняттях дорівнює 12-ти балам (http://surl.li/hwbc).

Примітка: здобувачу вищої освіти, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до практичних, семінарських, лабораторних занять, в журналі академічної групи ставиться 0 балів.

Рейтингова оцінка у балах знань, умінь і навичок здобувача вищої освіти на навчальних заняттях зі змістового модуля обчислюється після проведення цих занять та ліквідації ним поточної заборгованості, пов'язаної з пропусками занять, непідготовленістю або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою

$$R = ((0,05 \times СО) + 0,4) \times ВБ$$

де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;

СО – середнє арифметичне усіх отриманих оцінок за результатами поточного контролю;

ВБ – ваговий бал, максимально можливий бал оцінювання результатів навчальної діяльності здобувачів вищої освіти.

Наприклад:

Відповідно до робочої програми освітнього компоненту «Теорія і методика викладання легкої атлетики» здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю зі Змістового модуля 1 отримав 10 оцінок, а саме: 10, 11, 9, 9, 10, 11, 12, 8, 8, 7. Ваговий бал ЗМ 1 складає 70 балів.

Дії НПП або здобувача:

- визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе – 9,5 балів;
- отримані значення підставити у формулу:

$$R = ((0,05 \times 9,5) + 0,4) \times 70 = 61$$

Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищої освіти за змістовий модуль 1 отримав – 61 бал.

Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти

Об'єм пройденого матеріалу	Бали що нарах. за 12-бальною системою оцінювання
Перший рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, другий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти	
Змістовий модуль 1.	
1. Оволодіння технікою виконання спеціально-бігових вправ.	4-12
2. Оволодіння технікою метання малого м'яча.	4-12
3. Оволодіння технікою низького старту, стартового розбігу, бігу по дистанції та фінішування.	4-12
4. Оволодіння технікою стрибка у довжину способом «зігнувши ноги».	4-12
5. Оволодіння технікою метання гранати з розбігу.	4-12
6. Оволодіння технікою бігу по віражу.	4-12
7. Оволодіння технікою стрибка у висоту способом «переступання».	4-12
8. Оволодіння технікою кросового бігу по пересічній місцевості.	4-12
9. Оволодіння технікою передачі та прийому естафетної палички в естафеті 4х100 метрів.	4-12
10. Оволодіння технікою передачі та прийому естафетної палички в естафеті 4х400 метрів.	4-12
Самостійна робота зі ЗМ 1 Оцінюється на практичних заняттях (за 12-балною шкалою), оскілки знання з питань винесених на самостійну роботу необхідні для повноцінних відповідей з тем занять. Також для оцінювання самсостійної роботи може застосовуватись написання рефератів та підготовка презентацій з визначених тем Реферат або презентацію виконано на високому науковому рівні, тема повністю розкрита, використано сучасні літературні джерела, робота має логічну структуру, є власні висновки й оригінальні ідеї, оформлення відповідає всім вимогам Реферат або презентація якісні, тема в основному розкрита, використано достатню кількість літератури, є власні висновки, оформлення з дрібними неточностями. Робота в цілому відповідає вимогам, тема розкрита частково, джерела використано, але їх аналіз поверховий, висновки не досить глибокі, є помилки в оформленні. Тема розкрита поверхово, мало літературних джерел, відсутній власний аналіз, робота має суттєві структурні чи мовні недоліки. Робота формальна, тема майже не розкрита, джерела відсутні або випадкові, робота хаотична й не відповідає вимогам оформлення.	12 10-11 8-9 6-7 4-5
Другий рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, третій рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти	
Змістовий модуль 2.	
1. Оволодіння засобами та методами розвитку рухових здібностей засобами легко атлетики.	4-12
2. Оволодіння технікою штовхання ядра.	4-12
3. Оволодіння технікою метання молота.	4-12

4. Оволодіння технікою метання диску.	4-12
5. Оволодіння технікою стрибка у висоту способом «переступанням».	4-12
6. Оволодіння технікою стрибка у висоту способом «перекат, хвиля».	4-12
7. Оволодіння технікою стрибка у висоту способом «фосбері-флоп».	4-12
8. Оволодіння технікою стрибка у довжину «прогнувшись».	4-12
9. Оволодіння технікою стрибка у довжину «зігнувши ноги».	4-12
10. Оволодіння технікою стрибка у довжину «ножиці».	4-12
11. Оволодіння технікою бар'єрного бігу.	4-12
Самостійна робота зі ЗМ 2 Оцінюється на практичних заняттях (за 12-балною шкалою), оскілки знання з питань винесених на самостійну роботу необхідні для повноцінних відповідей з тем занять. Також для оцінювання самостійної роботи може застосовуватись написання рефератів та підготовка презентацій з визначених тем Реферат або презентацію виконано на високому науковому рівні, тема повністю розкрита, використано сучасні літературні джерела, робота має логічну структуру, є власні висновки й оригінальні ідеї, оформлення відповідає всім вимогам Реферат або презентація якісні, тема в основному розкрита, використано достатню кількість літератури, є власні висновки, оформлення з дрібними неточностями. Робота в цілому відповідає вимогам, тема розкрита частково, джерела використано, але їх аналіз поверховий, висновки не досить глибокі, є помилки в оформленні. Тема розкрита поверхово, мало літературних джерел, відсутній власний аналіз, робота має суттєві структурні чи мовні недоліки. Робота формальна, тема майже не розкрита, джерела відсутні або випадкові, робота хаотична й не відповідає вимогам оформлення.	12 10-11 8-9 6-7 4-5
Третій рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, четвертий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти	
Змістовий модуль 3.	
1. Підбір засобів і методів в тренувальному процесі легкоатлета.	4-12
2. Складання план-конспект уроку з легкої атлетики.	4-12
3. Складання план-конспект тренувального заняття з легкої атлетики.	4-12
4. Написання річного план-графіку з уроку фізичної культури.	4-12
5. Побудова плану тренувальних занять в секції з легкої атлетики.	4-12
6. Підготовка документації для проведення та організації змагань з легкої атлетики.	4-12
7. Правила змагань з легкої атлетики.	4-12
8. Оволодіння технікою видів легкоатлетичного багатоборства	4-12
Самостійна робота зі ЗМ 3 Оцінюється на практичних заняттях (за 12-балною шкалою), оскілки знання з питань винесених на самостійну роботу необхідні для повноцінних відповідей з тем занять. Також для оцінювання самостійної роботи може застосовуватись написання рефератів та підготовка презентацій з визначених тем	

Реферат або презентацію виконано на високому науковому рівні, тема повністю розкрита, використано сучасні літературні джерела, робота має логічну структуру, є власні висновки й оригінальні ідеї, оформлення відповідає всім вимогам	12
Реферат або презентація якісні, тема в основному розкрита, використано достатню кількість літератури, є власні висновки, оформлення з дрібними неточностями.	10-11
Робота в цілому відповідає вимогам, тема розкрита частково, джерела використано, але їх аналіз поверховий, висновки не досить глибокі, є помилки в оформленні.	8-9
Тема розкрита поверхово, мало літературних джерел, відсутній власний аналіз, робота має суттєві структурні чи мовні недоліки.	6-7
Робота формальна, тема майже не розкрита, джерела відсутні або випадкові, робота хаотична й не відповідає вимогам оформлення.	4-5

Самостійна робота

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях, за 12-ю системою оцінювання у формі усного опитування, доповіді з підготовленим рефератом або презентацією з визначених тем.

Перший рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, другий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти.

Здобувачі вищої освіти готують реферати та доповіді з тем винесених на самостійне опрацювання:

ЗМІ

1. Історія виникнення та розвитку легкої атлетики у світі та в Україні.
2. Легка атлетика в системі Олімпійських ігор: етапи розвитку та сучасний стан.
3. Характеристика видів легкої атлетики: біг, стрибки, метання, багатоборства.
4. Правила змагань з легкої атлетики (огляд за видами).
5. Техніка бігу на короткі дистанції та методика її навчання.
6. Техніка бігу на середні та довгі дистанції. Особливості підготовки спортсменів.
7. Техніка бігу з бар'єрами та особливості навчання студентів і школярів.
8. Ходьба спортивна: історія, техніка, методика навчання.
9. Техніка стрибків у висоту різними способами (переступанням, «фосбері-флоп»).
10. Техніка стрибків у довжину з розбігу.
11. Особливості техніки потрійного стрибка.
12. Техніка стрибків із жердиною етапи виконання та методика навчання.
13. Техніка метання ядра.
14. Техніка метання диска.
15. Техніка метання молота.
16. Техніка метання списа.
17. Легкоатлетичні естафети: види, техніка передачі естафетної палички.
18. Легкоатлетичні багатоборства: структура та методика підготовки спортсменів.
19. Методика розвитку швидкісних якостей у легкоатлетів.
20. Методика розвитку витривалості у бігунів різних дистанцій.

21. Розвиток сили та швидкісно-силових якостей у стрибунів і метальників.
22. Особливості фізичної підготовки легкоатлетів у дитячому та юнацькому віці.
23. Інноваційні технології підготовки спортсменів у легкій атлетиці.
24. Організація та проведення навчально-тренувальних занять з легкої атлетики в закладах освіти.
25. Відомі українські легкоатлети та їхні досягнення на міжнародній арені.

Другий рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, третій рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти.

Здобувачі вищої освіту готують звітну документацію після проведення змагань з легкої атлетики:

ЗМ2

1. Історія розвитку системи суддівства у легкій атлетиці.
2. Організація суддівства змагань з легкої атлетики: структура суддівської колегії.
3. Міжнародні правила суддівства у легкій атлетиці (за видами змагань).
4. Обов'язки головного судді та його заступників.
5. Функції секретаріату змагань з легкої атлетики.
6. Суддівство бігу на короткі дистанції: старт, фініш, правила та типові помилки.
7. Суддівство бігу на середні та довгі дистанції.
8. Суддівство бігу з бар'єрами та естафет: специфіка та особливості.
9. Суддівство спортивної ходьби: вимоги та система попереджень.
10. Суддівство стрибків у висоту: правила та технічні нюанси.
11. Суддівство стрибків у довжину та потрійного стрибка.
12. Суддівство стрибків із жердиною особливості та труднощі.
13. Суддівство метань (ядра, диска, молота, списа): правила виконання та фіксації результату.
14. Суддівство легкоатлетичних багатоборств: система оцінювання та нарахування очок.
15. Використання сучасних технічних засобів у суддівстві (електронний хронометраж, відеофіксація).
16. Документація змагань: протоколи, заявочні форми, підсумкові таблиці.
17. Організація та проведення жеребкування у змаганнях з легкої атлетики.
18. Типові помилки спортсменів і дії суддів при їх фіксації.
19. Права й обов'язки спортсменів та офіційних осіб під час змагань.
20. Міжнародна асоціація легкоатлетичних федерацій (World Athletics): структура та роль у стандартизації правил суддівства.
21. Суддівська етика та культура поведінки під час змагань.
22. Система підготовки та атестації суддів з легкої атлетики в Україні.
23. Суддівство масових легкоатлетичних заходів (вуличних стартів, марафонів, кросів).
24. Аналіз сучасних проблем і тенденцій у суддівстві легкої атлетики.
25. Роль суддівства у забезпеченні чесності та видовищності легкоатлетичних змагань.
26.

Третій рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, четвертий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти

Здобувачі вищої освіти для виконання завдань самостійної роботи, зазвичай, заводять окремий зошит в яких відображають комплекси навчання техніки легкоатлетичних видів:

ЗМВ

1. Структура уроку з легкої атлетики: вступна, основна та заключна частини.
2. Методика підготовки та проведення уроків з бігу на короткі дистанції.
3. Методика навчання бігу на середні та довгі дистанції у школі.
4. Методика навчання старту та стартових прискорень.
5. Використання ігор та естафет у навчанні техніки бігу.
6. Методика навчання бігу з бар'єрами для школярів.
7. Особливості методики проведення уроків зі спортивної ходьби.
8. Методика навчання стрибків у довжину з розбігу.
9. Методика навчання стрибків у висоту різними способами.
10. Методика навчання стрибків із жердиною (адаптація для шкільної програми).
11. Методика навчання потрійного стрибка у шкільних умовах.
12. Методика навчання метання малого м'яча (як бази для метання списа).
13. Методика навчання метання ядра у старших класах.
14. Методика навчання метання диска та молота (ознайомлювальний рівень).
15. Організація та проведення легкоатлетичних естафет на уроках фізичної культури.
16. Засоби розвитку швидкісних якостей на уроках легкої атлетики.
17. Засоби розвитку витривалості у шкільній програмі.
18. Засоби розвитку сили та стрибучості у шкільній легкій атлетиці.
19. Методика формування інтересу школярів до занять легкою атлетикою
20. Інноваційні підходи до проведення уроків легкої атлетики (ігрові, інтерактивні технології).
21. Особливості проведення уроків з легкої атлетики в молодшій школі.
22. Методика проведення уроків легкої атлетики в середніх класах.
23. Методика проведення уроків легкої атлетики в старших класах.
24 Організація безпеки під час занять з легкої атлетики.
25. Контроль і оцінювання навчальних досягнень учнів з легкої атлетики.

Вимоги до реферату:

Тема обирається зі затвердженого переліку або узгоджується з викладачем Має відображати актуальні проблеми теорії та методики спортивного тренування.

Обсяг роботи – 12-15 сторінок друкованого тексту (без урахування титульного аркуша, списку літератури та додатків). Шрифт Times New Roman, розмір 14, міжрядковий інтервал 1,5, поля: 2 см з усіх боків.

Структура реферату – титульний аркуш, зміст із зазначенням сторінок, вступ – актуальність теми, мета, завдання (1–1,5 сторінки), основна частина – розкриття теми, логічний виклад матеріалу з підрозділами, висновки – стислий підсумок (1–2 сторінки), власні судження. список використаних джерел – не менше 7–10 найменувань, оформлених за ДСТУ 8302:2015.

Модульна контрольна робота

Після вивчення усіх змістових модулів здобувачі пишуть модульну контрольну роботу.

Модульна контрольна робота виконується у письмовій формі. До її написання допускаються усі студенти. Позитивну оцінку за МКР не рекомендується покращувати. Невиконання МКР оцінюється 0 балів.

Студенти, які за результатами виконання модульних контрольних робіт отримали рейтинговий бал менший 60% від максимальної кількості балів, виділених на цей вид роботи, а також ті, що не з'явилися для виконання або не виконали завдань, вважаються такими, що мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, ліквідація якої є обов'язковою

З дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики» студенти пишуть три модульні контрольні роботи.

Перший рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, другий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти: **МКР № 1 (30 балів).** Складається з 10 варіантів в кожному з яких по 30 питань. Кожне питання оцінюється у 1 бал.

Другий рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, третій рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти: **МКР № 2 (30 балів).** Складається з 10 варіантів в кожному з яких по 30 питань. Кожне питання оцінюється у 1 бал.

Третій рік навчання денна форма здобуття вищої освіти, четвертий рік навчання заочна форма здобуття вищої освіти: **МКР №3 (20 балів).** Складається з 10 варіантів в кожному з яких по 20 питань. Кожне питання оцінюється у 1 бал.

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно з Порядком визнання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти (нова редакції) (https://drive.google.com/file/d/19GCSM3y-K496gs8RQJp0mO9FjUJumB4T/view?pli=1) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю):

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю);
- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді.

Критерії оцінювання результатів навчання, здобутих у неформальній / інформальній освіті.

1. Наявність документа про завершення: сертифікат, диплом, грамота або інший документ, що підтверджує успішне проходження.

2. Відповідність змісту отриманих знань та здобутих результатів навчання тематиці курсу: у випадку якщо це курси, вебінари, семінари, круглі столи тощо, їх тематика має відповідати одній або кільком темам, які визначені даною робочою програмою

3. Система оцінювання. Здобувач отримує:

- відмінно (12-10 балів), якщо курс має значний обсяг, містить практичну складову, зміст курсу повністю відповідає програмним результатам навчання; якщо

посів І місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів І місце у Всеукраїнській студентській олімпіаді зі спеціальності А4 Середня освіта (Фізична культура) освітнього рівня «бакалавр» та 014 Середня освіта (Фізична культура) освітнього рівня «бакалавр». Здобувач, який отримує оцінку «відмінно», демонструє глибокі, системні знання та високий рівень практичних навичок, здобутих у неформальній освіті. Він не просто засвоїв матеріал, а й здатен застосовувати його в реальних умовах, аналізувати та створювати власні рішення;

- **добре (9-7 балів)**: якщо зміст збігається з основними положеннями певної теми; якщо посів ІІ або ІІІ місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів ІІ або ІІІ місце у Всеукраїнській студентській олімпіаді зі спеціальності А4 Середня освіта (Фізична культура) освітнього рівня «бакалавр» та 014 Середня освіта (Фізична культура) освітнього рівня «бакалавр». Здобувач на цьому рівні володіє основними знаннями та вміннями, які відповідають ключовим положенням певної теми. Уміє застосовувати отримані знання в типових, стандартних ситуаціях. Здатний виконати практичні завдання, що були частиною курсу. Може виконувати аналітичну роботу, але потребує додаткових роз'яснень для вирішення нестандартних проблем;

- **задовільно (6-4 балів)**: короткостроковий семінар або тренінг, що дає базове розуміння теми. Здобувач володіє базовим розумінням теми, але його знання є фрагментарними, а навички – обмеженими. Його знання є поверхневими, і він може мати значні труднощі з поясненням взаємозв'язків між різними аспектами теми.

Дозволені випадки використання ШІ.

Здобувачам вищої освіти дозволяється використовувати ШІ для:

- аналізу та моніторингу наукової літератури, підбору джерел, автоматизованого перекладу;
- пошуку і фільтрації релевантних публікацій для визначення стану вивчення наукової проблеми;
- підготовки графічних матеріалів (схем, діаграм, візуалізацій);
- перевірки правопису, стилістики та логіки викладу тексту;
- інших способів, які відповідають специфіці досліджень і не порушують норм наукової етики.

Здобувачам К- ПНУ заборонено:

- подавати роботи (або їхні фрагменти), згенеровані ШІ, як власні оригінальні праці або без відповідного маркування;
- поширювати сфальсифіковані чи сфабриковані за допомогою ШІ дані;
- використовувати ШІ для імітації виконання навчальних завдань та обходу вимог щодо самостійності роботи (несанкціонована співпраця, списування, автоматизоване генерування відповідей);

– вводити в запити (промпти) персональні дані учасників освітнього процесу, конфіденційну інформацію або неопубліковані результати досліджень, що є інтелектуальною власністю К- ПНУ.

Сліпе копіювання результатів ШІ: не допускається використання вигаданих джерел, цитат, фактів або неперевірених результатів, отриманих за допомогою ШІ.

Використання під час підсумкового контролю під час екзамену та модульної контрольної роботи використання інструментів ШІ заборонено, якщо інше не передбачено умовами завдання.

Зазначення використання ШІ (Декларація ШІ): якщо здобувач використовував інструменти ШІ під час виконання навчального завдання, він має зазначити це у роботі із вказуванням назви інструменту та характеру його використання.

За запитом викладача здобувач має надати використані промпти та первинні відповіді інструменту ШІ.

Здобувач зобов'язаний перевіряти достовірність інформації, джерел, отриманих даних за допомогою ШІ.

Здобувач несе особисту відповідальність за точність, коректність, самостійність та академічну доброчесність поданого матеріалу.

Академічна доброчесність: перед використанням ШІ студенти повинні усвідомлювати ризики порушення академічної доброчесності (зокрема плагіат, фальсифікація та фабрикація), що виникають через можливість генерування недостовірних або вигаданих матеріалів, наведення неіснуючих джерел чи створення контенту, який порушує етичні й моральні норми.

Семестровий екзамен (40 балів)

Білет складається з трьох теоретичних питань.

Питання екзаменаційного білета оцінюються відповідно до таких критеріїв:

Оцінка	Вимоги
«Відмінно»	Здобувач вищої освіти виявляє глибокі фундаментальні теоретичні знання, повно викладає вивчений матеріал, виявляє розуміння предмета висловлювання, розуміє можливість різних тлумачень однієї і тієї ж проблеми, вміє оцінювати аргументи для її доведення, формулює своє бачення проблеми, виявляє розуміння матеріалу, може обґрунтовувати свої судження, застосовувати знання на практиці у нестандартних ситуаціях, наводити необхідні приклади, викладає матеріал логічно, послідовно, вживає мовні засоби відповідно до норм української мови.
«Добре»	Якщо відповідь здобувача вищої освіти відповідає тим самим вимогам, що і для оцінки «відмінно», але при цьому він допускає 1-2 помилки, які й сам виправляє або 1-2 недоліки в послідовності викладу матеріалу та мовному оформлення висловлювання. Здобувач вищої освіти вміє наводити власні приклади на підтвердження нових думок, може застосовувати вивчений матеріал у стандартних та дещо змінених ситуаціях.
«Задовільно»	Якщо здобувач вищої освіти виявляє знання і розуміння основних положень предмета, але викладає матеріал неповно і допускає неточності у визначенні понять; не вміє досить глибоко і доказово обґрунтовувати свої судження і наводити приклади; не в змозі захистити проєкт побудови системи роботи з певних тем дисципліни; викладає матеріал непослідовно і допускає помилки в мовному оформленні викладу.

«Незадовільно»	Якщо здобувач вищої освіти виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу, не володіє методичним апаратом, допускає помилки у формулюванні понять, які спотворюють їх зміст, не вміє самостійно побудувати систему вивчення певних тем, хаотично і невпевнено викладає матеріал. Студент неспроможний виконати стандартні завдання навіть після навідних питань викладача.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Таблиці відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти:

Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти

Рейтингова оцінка з кредитного модуля (навчальної дисципліни)	**Підсумкова оцінка за шкалою ЄКТС**	**Рекомендовані системою ЄКТС статистичні значення (у %)**	**Підсумкова оцінка за національною шкалою**	
			екзаменаційна	**залікова**
90-100 і більше	A (відмінно)/ Excellent	10	відмінно	Зараховано/ Passed
82-89	B (добре)	25	добре	
75-81	C (добре)/ Good	30		
67-74	D (задовільно)/ Satisfactory	25	задовільно	
60-66	E (достатньо)/ Enough	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)/ Fail		незадовільно	не зараховано / Fail
34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)/ Fail			

12. Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Теорія і методика викладання легкої атлетики»:

- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;

- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

- здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не перескласв оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість з освітнього компоненту за результатами поточного контролю, не допускається до екзамену. Рішення про недопущення за поданням викладача приймає декан факультету, його оприлюднюють до початку екзамену. У відомості обліку успішності роблять запис

«не допущено»;

- здобувач вищої освіти допускається до складання екзамену після ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю;

- здобувач вищої освіти підготувався до екзамену з освітнього компонента, якщо його рейтингова оцінка за результатами екзамену є більшою або рівною 24 балам (60 % від максимально можливої для даної форми контролю кількості балів). Рейтингову оцінку такого здобувача вищої освіти з освітнього компонента визначають як суму рейтингової оцінки за результатами поточної успішності та рейтингової оцінки за результатами екзамену;

- якщо допущений до екзамену здобувач вищої освіти не підготувався (його рейтингова оцінка за результатами екзамену є меншою 24 балів), то бали за екзамен до рейтингової оцінки поточної успішності не додаються, виставляють підсумкову оцінку з освітнього компоненту FX за шкалою ЄКТС та «незадовільно» за національною шкалою;

- здобувачам вищої освіти, які за результатами підсумкового контролю у формі екзамену отримали незадовільну оцінку, дозволяють ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідовує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності;

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють;

- якщо здобувач вищої освіти, допущений до семестрового контролю не з'явився на семестровий екзамен, у відомості обліку успішності викладач записує «не з'явився». Про незалежні від здобувача вищої освіти причини (у тому числі непрацездатність у зв'язку із хворобою), які підтверджують неможливість його присутності на екзамені, він має негайно повідомити декана факультету.

13. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна.

Для проведення лекційних занять використовуються мультимедійна лекційна аудиторія (216) ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet, аудиторія (1) стадіон К-ПНУ ім Івана Огієнка, телевізор (плазма) SAMSUNG Smart TV (2010 р., 1 шт).

Стадіон К-ПНУ ім. Івана Огієнка використовується для проведення практичних занять, матеріально-технічне забезпечення для проведення практичних занять:

- бар'єри, перешкоди;
- списи;

- ядра;
- диски;
- м'ячики для метань;
- гранати;
- стартові колодки та стартові станки;
- естафетні палочки;
- стрибкові ями для стрибків у висоту і довжину;
- штанги, гирі, гантелі;
- тренажери;
- набивні м'ячі;
- обтяження.
- еластичні джгути, скакалки.

Рекомендована література

Основна

1. Ахметов Р. Ф, Максименко Г. М, Кутек Т. Б Легка атлетика. Підручник. Житомир. Житомирський державний університет імені Івана Франка. 2018. 320с.
2. Ахметов Р. Ф, Максименко Г. М, Кутек Т. Б Легка атлетика. Підручник. Житомир. Видавництво ЖДУ ім І. Франка. 2018. 340 с.
3. Байдюк М. Ю, Галан Я. П, Молдован А. Д. Легка атлетика з методикою викладання : навч. посібник. Чернівці : Чернівец. нац. ун-т ім Ю Федьковича, 2023. 184
4. Криличенко О В, Форостян О І. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики. Київ. видавництво «Олімпійська література». 2019. 107 с.
5. Ткаченко М. Л Легка атлетика в сучасних умовах. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 5 (164). 2023. С. 144-148.

Допоміжна

1. Адамчук В В. Програмування тренувального процесу спортсменів у легкоатлетичному багатоборстві на етапі безпосередньої підготовки до змагань : автореф. дис. на здобуття наук. ступ. к. фіз. вих. Київ, 2021. 25 с. https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/aref_adamchuk_v.v.pdf.
2. Байдюк М. Ю, Галан Я. П, Молдован А. Д. Легка атлетика з методикою викладання : навч. посібник. Чернівці : Чернівец. нац. ун-т ім Ю Федьковича, 2023. 184 с.
3. Гоголь Т. В. Педагогічні умови формування логістичної компетентності майбутніх тренерів-викладачів з легкої атлетики. Науковий часопис НПУ імені М П Драгоманова. Випуск 3К (162). 2023. С. 99-103. https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/40718/Hohol-099-103.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
4. Ільченко С. Сучасні тенденції розвитку бігових видів легкої атлетики. S WorldJournal. №3 (19-03). 2023. С. 80-85.
5. Кучеренко Г. В. Особливості методики тренування юних бігунів на середні

дистанції. Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : матеріали VI інтернет-конференції (м. Одеса, 17-18 листопада 2022 р.). Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2022. С. 113-117. http://surl.li/ltalr.

6. Лук'янець Є. В., Момот О. О. Проблематика підготовки спортсменів різних вікових груп та категорій у легкій атлетиці. Фізична культура в університетській освіті: світова практика та сучасні тренди: зб. матеріалів Міжнар. наук.-практ. конф. (Дніпро, 13 квітня 2023 р.). Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2023. С. 319-323. http://surl.li/ltadb.

7. Метання диска (техніка, методика навчання): Методичні рекомендації. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет, 2008. – 34 с. (співавтори Ковальчук М.М., Гурман Л.Д.)

8. Мороз Ф., Гавришко С. Особливості навчання бігу та основ техніки з легкої атлетики. Витоки педагогічної майстерності. Випуск 29. 2022. С. 164-168. http://sources.pnpu.edu.ua/article/view/264298/260601.

9. Організація і проведення змагань з легкої атлетики в загальноосвітній школі: Методичний посібник. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2007. – 39 с. (співавтори Ковальчук М.М., Гурман Л.Д.)

10. Полулященко Т. Л. Легка атлетика з методикою викладання: навч.-метод. посіб. / Держ. закл. "Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка". Полтава : Вид-во ДЗ "ЛНУ імені Тараса Шевченка", 2022. 89 с. http://surl.li/ltaer.

11. Полулященко Т. Л. Особливості структури багаторічного тренування легкоатлетів із бігу на короткі дистанції. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка : Педагогічні науки. 2023. №1 (355), лютий. С. 147-153. http://surl.li/ltakp.

12. Пятничук Г.О. Формування психофізіологічних якостей студентів засобами легкої атлетики в процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : Прикарпат. нац. ун-т імені Василя Стефаника. Івано-Франківськ, 2015. 20 с. https://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/5540.

13. Ткаченко М. Л. Легка атлетика в сучасних умовах. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 5 (164). 2023. С. 144-148. https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/40970/Tkachenko-144-148.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

15. Рекомендовані джерела інформації.

1. Корисні ресурси інтернету.

https://mms.gov.ua/	Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України
https://mon.gov.ua/ua	Офіційний сайт Міністерства освіти і науки України
http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/	Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»

https://tinyurl.com/ye4434jw	Офіційний сайт журналу «Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»
http://sport.mon.org/	Офіційний сайт Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України
https://tinyurl.com/yc8bc59x	Всеосвіта – база рефератів
https://prometheus.org.ua/	Офіційний сайт українського громадського проєкту масових відкритих онлайн-курсів
https://www.ed-era.com/courses/	Офіційний сайт студії он-лайн освіти в Україні
https://uaf.org.ua/	Офіційний сайт федерації легкої атлетики України