

**ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ**  
**з дисципліни «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ»**  
**Рівень освіти «бакалавр»**  
**Спеціальність 017 фізична культура і спорт**

©доц. Дунець-Лесько А.В.

©доц. Дух Т.І.

Перевірка знань студентів здійснюється у формі поточного та підсумкового контролю. Поточний контроль здійснюється шляхом перевірки вмінь, знань та навичок, а саме складання контрольних нормативів та визначення рівня теоретичної підготовленості студентів.

Підсумковий контроль здійснюється наприкінці семестру шляхом проведення заліку (1 модуль) та іспиту (2 модуль).

**Нормативи для студентів 1 року навчання**

№	Види л/а	Чоловіки		Жінки	
		10 балів	5 балів	10 балів	5 балів
1.	Спортивна ходьба	Відмінна техніка	Задовіл. техніка	Відмінна техніка	Задовіл. Техніка
2.	Біг на середні дистанції (1500м, 800 м), хв	5,25	5,50	3,18	3,35
3.	Штовхання ядра (6кг, 3 кг), м	9,50	8,00	7,00	6,00
4.	Стрибок у довжину, м	4,80	4,50	3,80	3,50
5.	Біг на 100 м, с	13,0	14,0	15,6	16,0
6.	Метання гранати, м	35	30	25	20

**Критерії оцінювання студентів у першому модулі (в сумі 100 балів):**

1. Складання контрольних нормативів (один норматив – 10 балів).  
Максимальна кількість – **60 балів**.
2. Відвідування навчальних занять – **10 балів**.
3. Навчальна практика – **5 балів**.
4. Написання контрольних робіт (конспектів самопідготовки, рефератів)  
одна робота 5 балів) – **10 балів**.
5. Письмове (усне) опитування – **15 балів**.

## Питання для самопідготовки

1. Сучасний стан легкої атлетки в Україні та світі.
2. Виступи українських легкоатлетів на міжнародній арені.
3. Діяльність Міжнародної асоціації легкоатлетичних федерацій.
4. Діяльність Федерації легкої атлетики України та Львівської області.
5. Аналіз та методика навчання техніки спортивної ходьби.
6. Аналіз та методика навчання техніки бігу на короткі дистанції.
7. Аналіз та методика навчання техніки стрибка у довжину.
8. Аналіз та методика навчання техніки штовхання ядра.
9. Аналіз та методика навчання техніки метання гранати.
10. Аналіз та методика навчання бігу на середні дистанції.

## Нормативи для студентів II року навчання

№	Види л/а	Чоловіки		Жінки	
		6 балів	3 бали	6 балів	3 бали
1.	Стрибок у висоту «переступанням», см	130	125	115	110
2.	Потрійний стрибок, м	11,00	10,00	8,80	8,00
3.	Метання списа, м	28	20	18	15
4.	Естафетний біг 4x100 м, с	55,0	58,0	63,0	67,0
5.	Бар'єрний біг (110 м – h 84 см, 100 м - h 76), с	17,5	19,5	21,5	22,3

## Критерії оцінювання студентів у другому модулі (в сумі 100 балів):

1. Складання контрольних нормативів (один норматив – 6 балів). Максимальна кількість – **30 балів**.
2. Проведення підготовчої частини заняття за конспектом – **4 бали**.
3. Опитування (письмове тестування або усне опитування, семінарські заняття (1 заняття 2 бали)) – **16 балів**.
5. Складання іспиту з «ТІМ легкої атлетики». Максимальна кількість – **50 балів**.