

Навчально-методичні матеріали з дисципліни
«Методика проведення секційних занять з легкої атлетики»
для самостійної роботи студентів

Методичне забезпечення

1. Демидова І.В. «Легка атлетика та методика викладання. Легкоатлетичні стрибки» [навчально-методичний посібник] / І.В.Демидова, В.М.Лелека, Ю.В.Тупєєв, Л.А.Хохлова. – Миколаїв: МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2014. – 147 с.
2. Демидова І.В. «Легка атлетика та методика викладання. Легкоатлетичні метання» [навчально-методичний посібник] / І.В.Демидова, В.М.Лелека, В.В.Пильненький, Л.А.Хохлова. – Миколаїв: МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2014. – 133 с.
3. Демидова І.В. «Легка атлетика та методика викладання. Бігові види легкої атлетики. Частина 1 (короткі дистанції)» [навчально-методичний посібник] / І.В.Демидова, В.М.Лелека, О.В.Демидова, Н.І.Макух. – Миколаїв: ПП «РАЛ-поліграфія», 2016. – 58 с.
4. Навчально-методичний комплекс дисципліни «Методика проведення секційних занять з легкої атлетики».
5. Навчальні відеофільми:
 - «Техніка бігу на короткі дистанції»;
 - «Техніка спеціальних вправ спринтера»;
 - «Підготовка бігуна на короткі дистанції в річному циклі»;
 - «Біг на 100 та 110 м з бар'єрами. Аналіз техніки»;
 - «Спеціальні вправи бар'єриста»;
 - «Аналіз техніки стрибків у довжину з розбігу»;
 - «Методика навчання стрибкам у довжину»;
 - «Аналіз техніки стрибка у висоту способом «фосбері-флоп»»;
 - «Спеціальні вправи стрибун у висоту»;
 - «Аналіз техніки метання спису»;
 - «Спеціальні вправи метальників спису»;
 - «Аналіз техніки штовхання ядра»;
 - «Спеціальні вправи юного штовхальника ядра»;
 - «Аналіз техніки бігу на середні та довгі дистанції».

Рекомендована література

Базова:

1. Вайцеховский С.М. Книга тренера. - М.: ФиС, 1971.- 212 с.
2. Максименко Г.М. Спортивно-педагогічне вдосконалювання. Київ, "Вища школа", 1992.
3. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. – Киев: «Вища школа», 1984. – 350 с.
4. Учение о тренировке. Под общ. ред. Д.Харре. – М.: ФиС, 1971. – 326 с.
5. Легка атлетика. Р.Ф.Ахметов, Г.М.Максименко, Т.Б.Кутек. Підручник для вищих навчальних закладів України. – Житомир: ЖДУ ім. Івана Франка, 2010. – 320 с.
6. Легка атлетика. Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ./ Під ред. В.П.Бізіна, С.І.Бобровника та ін. – Київ, 2007. – 164 с.

Допоміжна:

7. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. – М.: ФиС, 1978. – 223 с.
8. Благущ П.К. К теории тестирования двигательных способностей. – М.: ФиС, 1982. – 165 с.

9. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1988.- 331 с.
10. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: ФиС, 1985.- 176 с.
11. Волков В.М. Восстановительные процессы в спорте. – М.: ФиС, 1977. – 143 с.
12. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. – М.: ФиС, 1983. - 176 с.
13. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. – М.: ФиС, 1980. – 136 с.
14. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. – М.: ФиС, 1981. – 375 с.
15. Деркач А.А., Исаев А.А. Творчество тренера. – М.: ФиС, 1982. – 238 с.
16. Запорожанов В.А. Контроль в спортивной тренировке. - Киев : Здоров'я, 1988. - 144 с.
17. Зациорский В.М. Кибернетика, математика, спорт. - М.: ФиС, 1969. - 198 с.
18. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. - М.: ФиС, 1970. - 199 с.
19. Масальгин Н.А. Математико-статистические методы в спорте. – М.: ФиС, 1974. – 151 с.
20. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. – М.: ФиС, 1977. – 280 с.
21. Медицинский справочник тренера. – М.: ФиС, 1976. – 270 с.
22. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки. М.: ФиС, 1970. – 479 с.
23. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Под общ. ред. М.Я.Набатниковой. – М.: ФиС, 1982. – 277 с.
24. Платонов В.Н. Адаптация в спорте. - Киев: Здоров'я, 1988. -216 с.
25. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 286 с.
26. Платонов В.Н., Сахновский К.П. Подготовка юного спортсмена. - Киев: Радянська школа, 1988. - 288 с.
27. Спортивная метрология. Под общ. ред.В.М.Зациорского. – М.: ФиС, 1982. – 255 с.
28. Теория и методика физического воспитания. Под общ. ред. Б.А.Ашмарина. – М.: Просвещение, 1979. – 360 с.
29. Теория и методика физического воспитания. Под общ. ред. Л.П.Матвеева, А.Д.Новикова. – М.: ФиС, 1976 – 256 с.
30. Теория спорта /Под ред. В.Н.Платонова. - Киев: Вища школа, 1987. - 424 с.
31. Тер-Ованесян А.А. Спорт (обучение, воспитание, тренировка). – М.: ФиС, 1967. – 208 с.
32. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1974.- 232 с.
33. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры. - М.: ФиС, 1987.-128 с.
34. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 1980.-255 с.
35. Фомин Н.А., Филин В.П. На пути к спортивному мастерству. (адаптация юных спортсменов к физическим нагрузкам). - М.: ФиС, 1986.-159 с.
36. Николаевские Олимпийцы. Г.А.Первов. Николаев, НГТУ им. П.Могилы, 2003. - 106 с.

Інформаційні ресурси:

1. <http://спортстатги.рф>
2. <http://tvoytrener.com>
3. <http://tst.sportedu.ru>
4. <http://bmsi.ru>
5. <http://sportbox.by>
6. <http://herzen-ffk.my1.ru>