

Л.Д. ГУРМАН
В.В. ЛИЩУК



ЛЕГКА АТЛЕТИКА

МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

МІНІСТЕРСТВО ОСІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Л.Д.ГУРМАН, В.В.ЛІЩУК

ЛЕГКА АТЛЕТИКА

МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

Навчально-методичний посібник

**Рекомендовано Міністерством освіти
і науки України як навчальний посібник
для студентів вищих навчальних закладів**

Кам'янець-Подільський
2006

МІНІСТЕРСТВО ОСІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

ГУРМАН Леонід Дмитрович

*кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри легкої атлетики з методикою викладання
Кам'янець-Подільського державного університету*

ЛІЩУК Василь Володимирович

*заслужений тренер України, доцент кафедри
легкої атлетики з методикою викладання
Кам'янець-Подільського державного університету*

ЛЕГКА АТЛЕТИКА

МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

Навчально-методичний посібник

Підписано до друку 26.12.2006 р. Гарнітура "Петербург".
Формат 60x84/16. Обл. вид. арк. 7,8. Умовн. друк. арк. 8,6.
Зам. № 223. Наклад 100.

Редакційно-видавничий відділ
Кам'янець-Подільського державного університету
32300, м. Кам'янець-Подільський, Івана Огієнка, 61

Свідоцтво серії ДК № 117 від 11.07.2000 р.

УДК 796.42(075.8)
ББК 75.711 я73
Г 95

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України
як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів
(лист № 14/18-Г-1275 від 01.12.2006)

Рецензенти:

Куц О.С., доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії
і методики фізичного виховання Львівського інституту
фізичної культури і спорту;

Солопчук М.С., кандидат педагогічних наук, професор кафедри
ТіМФВ Кам'янець-Подільського державного університету

Гурман Л.Д., Ліщук В.В.

Г 95 Легка атлетика: Методика викладання: Навчально-методичний
посібник. — Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський
державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2006. —
148 с.

У навчальному посібнику, написаному у відповідності до
вимог існуючої програми з легкої атлетики для студентів факу-
льтету фізичної культури денної і заочної форм навчання, з
сучасних позицій розглядається техніка та методика навчання
легкоатлетичних вправ, подається комплекс спеціальних вправ
легкоатлета для розвитку рухових здібностей і вдосконалення
технічної майстерності.

Розраховано на студентів факультету фізичної культури
ВНЗ, вчителів фізичної культури ЗОШ і викладачів-тренерів.

УДК 796.42(075.8)
ББК 75.711 я73

Друкується згідно з рішенням вченої ради Кам'янець-Подільського
державного університету, протокол № 9 від 31 жовтня 2006 р.

© Гурман Л.Д., Ліщук В.В., 2006