Тематика контрольных работ по **легкой атлетике**

**Общий курс.**

Тема : «Методика обучения технике легкоатлетических упражнений».

ВАРИАНТЫ :

1. Методика обучения технике бега на средние дистанции.
2. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.
3. Методика обучения технике эстафетного бега.
4. Методика обучения технике прыжка в длину способом «согнув ноги».
5. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивания».
6. Методика обучения технике метания гранаты.
7. Методика обучения технике толкания ядра.

ПЛАН:

1. Краткая характеристика вида.

2. Последовательность обучения.

3. Основные средства и методы обучения.

4. Типичные ошибки, пути их устранения.

5. Способы организации занимающихся.

6. Меры предупреждения травм.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Легкая атлетика – учебник для ТФК. Лутковский Е.М. М., ФиС, 1997г.
2. Легкая атлетика – учебник для ТФК. Озолин Н.Г. М., ФиС, 1979г.
3. Брошюры по видам легкой атлетики (с одноименным названием) авторы-ведущие специалисты в данном виде.
4. Методический журнал «Физкультура в школе».