

**ІНДИВІДУАЛЬНЕ ЗАВДАННЯ З ДИСЦИПЛІНИ  
«ЛЕГКА АТЛЕТИКА З МЕТОДИКАМИ ВИКЛАДАННЯ»**

**Індивідуальне завдання оцінюється від 0 до 10 балів!**

**!!!!!! Необхідно вибрати ОДНУ тему та скласти реферат або підготувати презентацію з докладом за обраною темою:**

1. Місце і значення легкої атлетики у системі оздоровчих заходів.
2. Вплив легкоатлетичних вправ на організм людини.
3. Методичні рекомендації до проведення занять з оздоровчої ходьби і бігу.
4. Поради тим, хто займається оздоровчою ходьбою і бігом.
5. Контроль і самоконтроль під час занять оздоровчою ходьбою і бігом.
6. Використання легкоатлетичних вправ у навчанні, тренуванні, удосконаленні техніки у Вашому обраному виді спорту (на прикладі свого виду спорту).

**Вимоги до реферату:**

Обсяг становить 10-15 сторінок, у форматі А4 (297х210 мм), орієнтація – книжкова. Поля: верхнє – 20, нижнє – 20, праве – 20, лівє – 30, Шриффт – Times New Roman, кегль – 14, міжрядковий інтервал – 1,5, стиль – Normal.

**Структура реферату:**

- ✓ Титул
- ✓ Зміст з обов'язковим зазначенням нумерації сторінок
- ✓ Зміст
- ✓ Висновки
- ✓ Список використаних джерел

**РЕФЕРАТ МАЄ БУТИ ОХАЙНО ОФОРМЛЕНИМ!**

### **Вимоги до презентації:**

Електронна презентація – електронний документ, який представляє собою набір слайдів, призначених для демонстрації виконаної роботи. метою презентації є візуальне уявлення задуму автора, максимально зручне для сприйняття.

#### **✓ Схема презентації:**

1. Титульний слайд (відповідає титульного аркушу роботи);
2. Цілі та завдання роботи;
3. Загальна частина;
4. Основна частина;
5. Висновки;
6. Подяки (висловлюється подяка аудиторії за увагу).

### **Презентація повинна містити 10-15 слайдів!**

- ✓ Необхідно використовувати максимальний простір екрану (слайду) - наприклад, розтягнувши рисунки;
- ✓ Дизайн повинен бути простим і лаконічним;
- ✓ Кожен слайд повинен мати заголовок;
- ✓ Оформлення слайда не повинно відволікати увагу слухачів від його змістовної частини;
- ✓ Завершувати презентацію слід коротким резюме, що містить її основні положення, важливі дані, які прозвучали в доповіді, і т.д.
- ✓ Слід використовувати мінімум тексту. Текст не є візуальним засобом. Ні в якому разі не варто намагатися розмістити на одному слайді якомога більше тексту. Чим більше тексту на одному слайді ви запропонуєте аудиторії, тим з меншою ймовірністю вона його прочитає.