



# **CECS курсының II деңгейі**

***Қатысушылар үшін  
нұсқаулық***

Қаңтар 2008



## МАЗМҰНЫ

---

1. IAAF (CECS) Жаттықтырушыларын даярлау және сертификаттау жүйесі. ..бет
  - 1.1 CECS IAAF II деңгейі .....бет
  - 1.2 CECS IAAF III деңгейі ..... бет
  - 1.3 Қосымша білім алу мүмкіндіктері..... бет
2. II деңгейлі курстарына қатысуға өтінімге қойылатын талаптар..... бет
3. II деңгейлі курстар кестесі..... бет
4. II деңгейлі курстарға қатысушылардың бағалануы..... бет
5. II деңгейлі курсының біліктілігі..... бет
6. II деңгейлі курстарды бағалануы..... бет
7. II деңгейлі бағдарламасы.....бет
8. Курстарға арналған материалдар ..... бет

# 1. (CECS) Жаттықтырушыларын даярлау және сертификаттау жүйесі

CECS бағдарламасы курстардың бес деңгейін қамтиды және қосымша оқыту мүмкіндігін ұсынады. Жүйеде I немесе II деңгейге қатысуға өтінім бере аласыз. Әрбір деңгейге арналған курстар кейінірек курстарға қатысып қатыспайтынына қарамастан, жаттықтырушының белгілі бір деңгейде жұмыс істеуі үшін арналған. IV деңгейдегі курстарды табысты аяқтау және кейіннен белсенді жаттықтырушылық жұмысын растау әлемдегі жетекші жеңіл атлетика ұйымы атынан марапатталған ИААФ жаттықтырушысының дипломына ие болуға мүмкіндік береді.

CECS қызметінің ұзақ мерзімді мақсаттары:

- Халықаралық стандарттарға сәйкес біліктілігі бар әрбір ел үшін жеткіншектердің жеткілікті санын қамтамасыз ету, спорттық жаттығу бағдарламасының тиімді жұмыс істеуі және жаттықтырушыларды сертификаттау;
- Әрбір өңір үшін, сонымен бірге әрбір ел үшін өз жаттықтырушыларын шетел оқытушыларына тәуелсіз, халықаралық стандарттарға сәйкес оқытуға мүмкіндік беру.

## 1.1 ИААФ II деңгей курстары

Бірінші және екінші деңгейдегі курстар - қатысушылардың басым көпшілігі қатыса алатын жалғыз курстар. Сондықтан екінші деңгейдегі курстар жаттықтырушының жұмысымен танысудан да көп нәрсе беруі керек. Екінші деңгей курстардың барлық бағдарлама түрлерін қамтиды және жаттықтырушының жұмысының тәжірибелік аспектілеріне назар аударады. Сонымен қатар, екінші деңгей курстары жаттықтырушыларға өз бетінше немесе CECS шеңберінде оқуын жалғастыруға жеткілікті теориялық негіз береді.

Бірінші және екінші деңгей жаттықтырушылары ИААФ түлектерінің басым көпшілігі болып табылады және олар жеңіл атлетиканың дамуына маңызды үлес қоса алады. Курстар аяқталғаннан кейін олардың көпшілігі клубтарда немесе жас спортшылар мектептерінде, дамып келе жатқан спортшылармен, яғни жеңіл атлетиканың бастапқы деңгейінде жұмыс істейтін болады деп күтілуде. Өз спортшыларын даярлаудың техникалық аспектілерімен қатар, екінші деңгейдегі жаттықтырушы көшбасшылық ұстанымға дайын болуы керек, жігер мен білімінің арқасында жеңіл атлетикалық мәдениетті қалыптастыруға көмектесетін жастармен жұмыс істейді.

ИААФ және ұлттық федерация тренингке үлес қосқан соң, екінші деңгейдегі жаттықтырушының нақты жұмысы басталады. Екінші деңгейдегі жаттықтырушылар өте аз немесе ешқандай қаржылық сыйақысыз көп уақыт пен күш жұмсауға мәжбүр болады. Сондықтан олар жеңіл атлетикамен қызығушылықпен жұмыс істей бастайды және басқа адамдарға өз мақсаттарына жетуге көмектесу үшін жұмыс істейді.

II деңгейдегі кішігірім жаттықтырушылар CECS бағдарламасына қатысуды жалғастырады және III немесе одан жоғары деңгейде курстарға қатысады, бірақ көпшілігі басқа курстарға қатыса алмайды. Алайда ИААФ CECS бағдарламасының философиясы бұл жаттықтырушылардың тұрақты жаттығып деңгейін көтеруде. Осы себепті ИААФ II деңгейдегі жаттықтырушыларды осы бағдарламаға қосылуға шақырады және өздерінің ұлттық, аймақтық қауымдастықтарында белсенді қатысады.

II деңгей курстарын сәтті аяқтағаннан кейін жаттықтырушы мыналарды меңгерген болады:

- ИААФ ережелері мен ИААФ коэффициентіне негізделген, мінсіздік, басқаларға құрмет көрсету және әділеттілігінің көмегімен жаттықтырушы философиясын анықтайды.
- Тиісті спорт ғылымдарындағы негізгі тұжырымдамалық түсініктерді анықтайды.
- Тренингтің тиісті прогрессін қолдана отырып, тәжірибесіз спортшының әрбір түрін оқытады.
- Іс жүзінде ИААФ пен белгілі бір түрдегі ұлттық федерациялардың негізгі ережелерін қолданады.
- тәжірибе алмасудың негізгі әдістерін анықтайды және тәжірибелі, дамып келе жатқан спортшылардың деңгейіне сәйкес тиімді жаттығулар ұйымдастырады.
- Курстық бағдарламада зерттелген әрбір түрге арналған технологиялардың негізгі формалары мен түрлерін тани біледі.
- логикалық, практикалық және экономикалық негізделген нақты түрлерге арналған ең лайықты түгендеуді анықтайды.
- Қарапайым, тиімді оқу бағдарламаларын жасайды және іс жүзінде тренингтер серияларын жоспарлап, қолданады.

## **1.2 CECS ИААФ III деңгей курстары**

III деңгей курстар II деңгей курстарында жақсы оқыған және төмендегі алты топтың біреуінде спринт және кедергі, орташа және ұзындықты қашықтықтар, спорттық жүру, секіру, лақтыру және басқалары бойынша мамандандырылған жаттықтырушыларды біріктіруге арналған. Бұл мамандықпен олар өздерінің елінің жоғары деңгейдегі жаттықтырушыларының қажеттіліктерін қанағаттандыру үшін кірісе алады. III-деңгейдегі курстарға қатысудың арнайы талаптары төмендегі осы брошюрада көрсетілген.

### **1.3 Қосымша білім алу мүмкіндіктері**

II деңгейдегі курстарды ойдағыдай аяқтаған жаттықтырушылар спорт федерациясына қызмет ететін Атлетиканы дамыту орталығымен жарияланған техникалық бюллетеньдер тізіміне енгізіледі. Олар сайлаушылардың белсенді жұмыс істеуіне және өздерінің ұлттық федерациясында жақсы есепке қол жеткізгенге дейін бюллетеньге ие болады. III дәрежелі курстарды аяқтаған жаттықтырушы ИААФ «Athletics Journal» шығарған тоқсандық техникалық журналды өздерінің біліміне сәйкес келетін тілге аударғанда алады. IV дәрежелі дипломға ие болған жаттықтырушылар ИААФ техникалық және ғылыми басылымдарын алады және ИААФ академиясының V деңгейіндегі курстарға қатысады .

## **2. II деңгей курстарына қатысуға өтінімге қойылатын талаптар**

Төмендегі критерийлерге сай 24 үміткердің көпшілігі талап еткен жағдайда, курстарды өткізетін Ұлттық Федерация, әдетте екінші деңгейдегі курстарға қатысушыларға шақыру жібереді:

- ең төменгі жасы - 21 жыл
- Кем дегенде бастауыш білім беру мекемесін аяқтаған
- жеңіл атлетикаға қызығушылығы бар
- барлық жеңіл атлетиканы көрсетуді үйрену үшін қажетті дене дайындығы бар.
- Білікті жаттықтырушы ретінде белсенді қатысуға және ИААФ -ның жеңіл атлетикасын дамытуда ұлттық федерацияға көмектесуге ықыласты
- Жазбаша және тәжірибелік емтиханға қатысу үшін курстың тілінде сөйлеп және оқи алатын
- Курс бойы бола алатын (14 күн 08.00-ден 17.00-ге дейін)

## **3. II деңгей курстар кестесі**

ИААФ стандарттарын сақтау және ИААФ -ны тануды алу үшін сіз кестені ұстануыңыз керек және кез-келген өзгерістер курсты ИААФ -ның Даму жөніндегі директоры бастағанға дейін мақұлдауы тиіс. 14 күндік курстарға арналған ұсынылған кесте төменде келтірілген (сабақтың ұзақтығы сақталса да, күндізгі және күн батуы, қоршаған орта жағдайы, спорттық ғимараттар сияқты жергілікті жағдайлар ескеріле отырып, курстың директоры анықталады. және т.б.):

## ИААФ оқыту және сертификаттау жүйесі

### Екінші деңгейдегі курстар кестесі

#### Бірінші күн

08:30 - 09:00	Ашылу салтанаты	
09:15 - 10:00	II деңгей бағдарламаға кіріспе	
10:30 - 11:15	ДЕНЕ ҚЫЗДЫРУ	ТӘЖІРИБЕ
11.30 - 12:15	ЛАҚТЫРУ НЕГІЗДЕРІ	ТӘЖІРИБЕ
14:30 - 15:15	ЖАТТЫҚТЫРУШЫ БІЛІКТІЛІГІ	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	СПРИНТ1	ТӘЖІРИБЕ
Әр кеш сайын	ӨЗІН-ӨЗІ ОҚЫТУ	

#### Екінші күн

08:00 - 09:00	СПРИНТТЕ БАСТАУ	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:00	СЕКІРІС НЕГІЗДЕРІ	ТӘЖІРИБЕ
10:30 - 11:15	АНАТОМИЯ МЕН ФИЗИОЛОГИЯ 1	ТЕОРИЯ
11:30 - 12:15	СПРИНТ2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	ФИЛОСОФИЯ	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	НАЙЗА 1	ТӘЖІРИБЕ

#### Үшінші күн

08:00 - 09:00	СПРИНТ 3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:00	АНАТОМИЯ МЕН ФИЗИОЛОГИЯ 2	ТЕОРИЯ
10:30 - 11:15	ЖАТТЫҒУ ТЕОРИЯСЫ 1	ТЕОРИЯ
11:30 - 12:15	НАЙЗА 2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	ӨСУ ЖӘНЕ ЖЕТІЛУ 1	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	ҰЗЫНДЫҚҚА СЕКІРУ 1	ТӘЖІРИБЕ

#### Төртінші күн

08:00 - 09:00	НАЙЗА 3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:00	ОФП	ТӘЖІРИБЕ
10:30 - 11:15	ЖАТТЫҒУ ТЕОРИЯСЫ.2	ТЕОРИЯ
11:30 - 12:15	ҰЗЫНДЫҚҚА СЕКІРУ 2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	СПОРТШЫНЫҢ ДАМУ САТЫЛАРЫ	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	ЯДРО 1	ТӘЖІРИБЕ

#### Бесінші күн

08:00 - 09:00	ҰЗЫНДЫҚҚА СЕКІРУ 3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:00	БИОМЕХАНИКА	ТЕОРИЯ
10:30 - 11:15	ЖАТТЫҒУ ТЕОРИЯСЫ.3	ТЕОРИЯ
11:30 - 12:15	ЯДРО .2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	БІЛІКТІЛІККЕ ҮЙРЕТУ 1	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	КЕДЕРГІМЕН ЖҮГІРУ 2	ТӘЖІРИБЕ

#### Алтыншы күн

08:00 - 09:00	ЯДРО 3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:15	ЭЛАСТИКАЛЫҚТЫ ДАМУ	ТӘЖІРИБЕ
10:45 - 11:30	ЖАТТЫҒУ ТЕОРИЯСЫ 4	ТЕОРИЯ
11:45 - 12:30	КЕДЕРГІМЕН ЖҮГІРУ 2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	ӨСУ ЖӘНЕ ЖЕТІЛУ 2	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	ЖОҒАРЫҒА СЕКІРУ 1	ТӘЖІРИБЕ

#### Жетінші күн

ДЕМАЛЫС



**Сегізінші күн**

08:00 - 09:00	КЕДЕРГІМЕН ЖҮГІРУ 3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:15	ЭСТАФЕТАЛАР ½	ТӘЖІРИБЕ
10:45 - 11:30	ЖАТТЫҒУ ТЕОРИЯСЫ.5	ТЕОРИЯ
11:45 - 12:30	ЖОҒАРЫҒА СЕКІРУ.2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	СПОРТТЫҚ ПСИХОЛОГИЯ 1	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	ДИСК 1	ТӘЖІРИБЕ

**Тоғызыншы күн**

08:00 - 09:00	ЖОҒАРЫҒА СЕКІРУ.3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:15	ОРТА ҚАШЫҚТЫҚТАР 1	ТӘЖІРИБЕ
10:45 - 11:30	ЖАТТЫҒУ ТЕОРИЯСЫ 6	ТЕОРИЯ
11:45 - 12:30	ДИСК 2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	ЖАТТЫҚТЫРУШЫ БІЛІКТІЛІГІ.2	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	БАЛҒА 1	ТӘЖІРИБЕ

**Оныншы күн**

08:00 - 09:00	ДИСК 3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:15	ЕРКІН САЛМАҚПЕН ЖАТТЫҒУ	ТӘЖІРИБЕ
10:45 - 11:30	КӨПСАЙЫС	ТЕОРИЯ
11:45 - 12:30	БАЛҒА 2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	ОРТА ҚАШЫҚТЫҚТАР 2	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	ҮШ ҚАРҒЫП СЕКІРУ 1	ТӘЖІРИБЕ

**Он бірінші күн**

08:00 - 09:00	БАЛҒА 3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:15	СТИПЛЬЧЕЗ ½	ТӘЖІРИБЕ
10:45 - 11:30	ЖАРАҚАТ ПЕН ЖЕДЕЛ ЖӨРДЕМ 1	ТЕОРИЯ
11:45 - 12:30	ҮШ ҚАРҒЫП СЕКІРУ 2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:15	ОРТА ҚАШЫҚТЫҚТАР 3	ТЕОРИЯ
15:30 - 17:00	СЫРЫҚПЕН СЕКІРУ 1	ТӘЖІРИБЕ

**Он екінші күн**

08:00 - 09:00	ҮШ ҚАРҒЫП СЕКІРУ 3	ТӘЖІРИБЕ
09:15 - 10:15	СПОРТТЫҚ ЖҮРУ 1/ 2	ТӘЖІРИБЕ
10:45 - 11:30	ТАМАҚТАНУ	ТЕОРИЯ
11:45 - 12:30	СЫРЫҚПЕН СЕКІРУ 2	ТЕОРИЯ
14:30 - 15:30	СЫРЫҚПЕН СЕКІРУ 3	ТӘЖІРИБЕ
15:45 - 17:00	СПОРТТЫҚ ЖҮРУ/ СТИПЛЬЧЕЗ.3	ТӘЖІРИБЕ

**Он үшінші күн**

08:00 - 09:30	ТӘЖІРИБЕЛІК БАҒАЛАУ	
10:00 - 12.30	ЕМТИХАНҒА ДАЙЫНДЫҚ	
14:30 - 16:00	ТӘЖІРИБЕЛІК БАҒАЛАУ	
16:00 - 17:00	ЕМТИХАНҒА ДАЙЫНДЫҚ	
КЕШ	ЕМТИХАНҒА ДАЙЫНДЫҚ	

**Он төртінші күн**

08:00 - 09:30	ЖАЗБАША ЕМТИХАН	
10:00 - 12.30	ТӘЖІРИБЕЛІК БАҒАЛАУ	
14:30 - 16:00	ТӘЖІРИБЕЛІК БАҒАЛАУ	
16:15 - 16:30	ҚАТЫСУШЫЛАРДЫҢ КУРСЫ ЖӘНЕ ДӘРІСКЕРЛЕРДІҢ БАҒАЛАУ ҚОРЫТЫНДЫСЫ	
17:00	СЕРТИФИКАТ ТАБЫСТАУ ЖӘНЕ ЖАБЫЛУ САЛТАНАТЫ	



## 4. II деңгей курстарға қатысушылардың бағалануы

Кандидаттар барлық курстарға қатысады деп күтілуде. Сондай-ақ, олар әр технологияның негіздерін көрсетуі керек. Екінші деңгейлі курстарға қатысушылардың бағалауы екі бағыт бойынша жүргізіледі және мыналарды қамтиды:

### Жазбаша емтихан

Қол жетімді материалдарды пайдалана отырып, 90 минутқа созылған емтихан. Бұл емтиханның мақсаты - қатысушылардың білімдерін тексеріп қана қоймай, қол жетімді дерек көздерінен қажетті ақпаратты табуға қабілеттілігін көру. Емтихан бөлмесінде келесі кітаптарға рұқсат етіледі:

1. Жүгіріңіз! Секіріңіз! Лақтырыңыз! - ИААФ атлетикасын оқыту бойынша нұсқаулық,
2. Екінші деңгейлі курстарға дайындық теориясы
3. Ағылшын тілі және тиісті жергілікті тіл сөздігі.
4. Қатысушылардың жеке жазбалары

### Тәжірибелік ұсыным

Әрбір жаттықтырушы «Көру 3» саны бойынша сабақтарда екінші аптада екі рет бағаланады. Осы екі бағалаудың әрқайсысы 20 ұпай. Сонымен қатар, соңғы тәжірибелік бағалау 13 және 14-ші күндерде жаттықтырушы таңдаған формада (бұл үшінші деңгейлі курстарға ұсынылатын түрлер тобынан болуы керек) жүргізіледі. Бұл соңғы ұпай 60 балл. Үш практикалық бағалау мынадай қорытындыға келтіріледі:  $x / 20 + y / 20 + z / 60$ , соңғы 100% -ды анықтайды және 1-ден 4-ке дейінгі шкалада ұпайларға аударылады.

### Қатысушының есебінің әрбір бөлімі үшін ұпайлар:

<b>Жазбаша емтихан</b>	<b>4</b> (45 - 50 ұпай)	<b>3</b> (34 – 44 ұпай)	<b>2</b> (25 - 33 ұпай)	<b>1</b> (≤ 24 ұпай)
<b>Тәжірибелік ұсыным</b> (орташа 3 бағалау)	<b>4</b> (89% - 100%)	<b>3</b> (67% - 88%)	<b>2</b> (50% - 66%)	<b>1</b> (≤ 49%)

**ДОМАЛАҚТАНҒАН КҮЙДЕГІ Қорытынды бағалау , яғни 1, 2, 3 немесе 4.**

### 1. II деңгей курсының біліктілігі

## **Курсқа қатысуды растайтын хат**

Барлық курстарға қатысқан, бірақ емтиханға қажетті балл жинай алмаған қатысушылар өздерінің ұлттық федерациясына жіберілетін курстарға қатысатындығын растайтын хат алады.

## **Екінші деңгей курстардан кейін емтихан тапсырған қатысушылар**

Талап етілген ұпайларды екі бағытта алған қатысушылар ИААФ екінші деңгейлі курстардың аяқталу туралы сертификатын алады. Жазбаша емтиханға кем дегенде 2 балл, практикалық презентация үшін 2 ұпай қажет. Ұпайлар сертификаттың алдыңғы жағында көрсетіледі.

## **III деңгей курстарға қатысу**

Бағаланған екі бағытта қажетті балл жинаған барлық жаттықтырушылар III курсқа жіберіледі.

Үшінші деңгейдегі CECS курсына қабылдаудың қосымша талаптары:

1. Өз Ұлттық Федерациясынан бұл жаттықтырушылардың белсенді түрде жаттықтыратындығын растайтын құжат.
2. олардың жаттықтырушылық тәжірибесін дәлелдеу; дәлелдемелер болып табылады спортшылардың бірінің тренинг бағдарламасы соңғы үш айда, ол Атлетикалық даму орталығына жіберілуі тиіс тексеру үшін.
3. Оқыту бағдарламасынан оң баға алғаннан кейін үміткерлер III деңгейлі курстарға қатысуға құқылы болған жағдайда хабардар болады.
4. Осы сатыда олар тиісті даму орталығына осы курстарға қатысу ниетін білдіруі керек.

Курстың басталуына дейін жоғарыда аталған барлық критерийлерді барлық кандидаттарға нақтылау қажет.

## **Қайталау**

ИААФ және / немесе ұлттық федерацияның қалауы бойынша қатысушыларға курстарға қатысу кезінде қажетті біліктілікке қол жеткізе алмаған бағалау элементтерін қайталауға рұқсат етілуі мүмкін. Егер жаттықтырушы жазбаша емтихан кезінде ережелерге сай болмаса, ол бағалауды алмаған сабақтарды қайталай алады. Егер жаттықтырушы тәжірибелік бағалау кезінде құзыреттілігін көрсетпесе, ол соңғы тәжірибелік сабақтарға қатыса алады және қайтадан тәжірибелік емтихан тапсыра алады. Қатысушы барлық курстық бағдарламаға қайта қатысатыны күтілмейді, бірақ ол емтихан тапсыруға және III деңгейлі курстарға қатысуға рұқсат етуге мүмкіндік беретін құзыретті қайта дайындауға және қайтадан келуге тиіс.

## 6. II деңгей курстарды бағалануы

ИААФ -ның болашақ деңгейдегі II курстарын өткізудің барлық аспектілерін жақсартуға көмектесу үшін қатысушыларға курстар мен оқытушылардың мінез-құлқын жеке бағалау мүмкіндігі беріледі.

## 7. II деңгей бағдарламасы

II деңгейдегі курстар 65 сабақтан тұратын стандартты бағдарламаға сәйкес жүргізіледі. Әрбір сабаққа қажетті уақыт курс қатысушыларының сауалдарына байланысты өзгереді. Сабаққа ұсынылатын ең төменгі уақыт 45-тен 90 минутқа дейін өзгереді.

Әрбір түр үшін үш сынып бар, әдетте, олар оқытуды кеңейтуге және нығайтуға мүмкіндік береді. Алғашқы сабақ – тәжірибелік сабақ, қатысушылар оқытудың ұсынылған прогресімен таныстырылады және қажетті әрекеттерді өздері жасайды. Осы сабақта тиісті инвентаризация импровизациясына қатысты тақырып ұсынылуы мүмкін. Екінші сабақ белгілі бір типтегі теория бойынша жүргізіледі. Үшінші сабақ - практикалық тренинг, оған қатысушылар бірінші сабақта зерттелген әдістерді қолданып, бір-бірін үйретеді, ал екінші аптада олар дәріскерлер тарапынан сыналады.

II деңгейлі бағдарлама бойынша бөлінген тақырыптар тәжірибелік және теориялық аспектілерді қамтиды:

- Спринт
- Кедергілер
- Орта және алыс қашықтықтар
- Стипельчез
- Спорттық жүру
- Секіру
- Лақтыру
- Көпсайыс

Сондай-ақ келесі тақырыптар бойынша ұсынымдар ұсынылады:

- философия
- жаттықтырушы біліктілігі
- анатомия мен физиология

- биомеханика
  - спортшының дамуы
  - өсу және жетілу
  - жаттығу теориясы
  - біліктілікке оқыту
  - спорттық психология
  - тамақтану
  - жарақат пен жедел жәржем
- 
- импровизация концепциясы

## **8. Курстарға арналған материалдар**

### **Қатысушыларға арналған материалдар**

ИААФ II деңгейлі курстарды енгізу үшін арнайы дайындалған материалдардың стандартты жиынтығын ұсынады. ИААФ сондай-ақ ұлттық федерацияларды осы материалдарды қосымша тілдерге аударуға шақырады.

II деңгейлі курстардың әр қатысушысы мынадай кітаптар мен брошюралардың көшірмесін алады:

- 'II деңгей жаттығуының теориясы'
- 'Жүгіріңіз! Секіріңіз! Лақтырыңыз! – ИААФ жеңіл атлетиканы оқыту бойынша нұсқаулық'
- қатысушыларға арналған нұсқаулық.