

**КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА**

**ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»**

**Циклова комісія фізичного виховання**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-методичної  
та навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

для студентів

спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура)

предметна спеціальність «Фізична культура»

освітнього рівня молодший спеціаліст



Київ – 2020

**Розробник:** Черненко Г.І., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка

**Викладач:**


Черненко Г.І., викладач циклової комісії фізичного Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка

**Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання**

Протокол від 31.08.2020 р. № 1

Голова циклової комісії  Надія КОЛОСКОВА  
(підпис)

Робочу програму перевірено  
01 09 2020 р.

Заступник директор з навчально-методичної роботи  Зоя ГЕЙХМАН

Заступник директор з навчальної роботи  Яніна КАРЛІНСЬКА

Пролонговано:

На 20\_\_/20\_\_ н.р.(\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_

На 20\_\_/20\_\_ н.р.(\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_

На 20\_\_/20\_\_ н.р.(\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_

На 20\_\_/20\_\_ н.р.(\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни
	денна форма навчання
Вид дисципліни	обов'язкова
Мова викладання, навчання, оцінювання	українська
Загальний обсяг кредитів/годин	4/120
Курс	4
Семестр	7-8
Кількість змістових модулів з розподілом:	4
Обсяг кредитів	4
Обсяг годин, в тому числі:	120
Аудиторні	72
Модульний контроль	8
Семестровий контроль	+
Самостійна робота	40
Форма семестрового контролю	екзамен

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета дисципліни** - формування у майбутніх фахівців знань та умінь з теорії та методики навчання фізичному вихованню у закладах загальної середньої освіти, а також професійних компетентностей, необхідних для подальшої ефективної діяльності у сфері фізичної культури та спорту.

### *Завданнями дисципліни є:*

- формування у студентів здатності вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- формування у студентів здатності застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- формування у студентів здатності до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності учнів ЗЗСО;
- формування у студентів здатності добирати і використовувати фізичні вправи на різних етапах навчання, доцільно і правильно застосовувати прийоми страховки;
- формування у студентів здатності зміцнювати здоров'я учнів шляхом використання рухової активності та інших чинників здорового способу життя;
- формування у студентів здатності здійснювати навчання, виховання та соціалізацію учнів у сфері фізичної культури, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

### 3. Результати навчання за дисципліною

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні набути наступних компетентностей:

- випускник демонструє здатність здійснювати навчання руховим діям та розвивати рухові якості учнів в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;
- випускник демонструє здатність до проведення навчальних занять з фізичної культури з учнями ЗЗСО;
- випускник демонструє здатність здійснювати заходи з підготовки учнів до змагань з видів спорту, організує та проводить спортивні змагання в умовах ЗЗСО;
- випускник демонструє знання та розуміння сутності принципів, методів, форм та організації процесу навчання та виховання учнів;
- випускник демонструє здатність до складання навчально-методичних матеріалів (робочі програми, навчально-тематичні плани тощо);
- випускник демонструє здатність до дотримання вимог техніки безпеки, санітарних, гігієнічних норм та правил експлуатації спортивних споруд, здійснює профілактику травматизму.

### 4. Структура навчальної дисципліни

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
<b>4 курс Змістовий модуль І. Фізичне виховання дітей різних вікових груп</b>							
Тема 1 Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання.	9	2	2			2	3
Тема 2. Фізичне виховання дітей шкільного віку.	7	2	2				3
Тема 3. Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	12	2	4			2	4
Модульний контроль	2						
<b>Разом за змістовим модулем</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>8</b>			<b>4</b>	<b>10</b>
<b>Змістовий модуль ІІ. Форми фізичного виховання.</b>							
Тема 1. Форми фізичного виховання протягом навчального дня.	8	2	2			2	2
Тема 2. Позакласні заняття фізичними вправами.	8	2	2				4
Тема 3. Фізичне виховання учнів поза школою. Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами.	12	2	4			2	4
Модульний контроль	2						

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семинари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Разом за змістовим модулем	30	6	8			4	10
Разом за 7 семестр *з урахування МКР 4 год.	60	12	16			8	20
<b>Змістовий модуль III. Учитель фізичної культури – організатор здорового способу життя.</b>							
Тема 1. Професійна педагогічна діяльність вчителя фізичної культури Педагогічні функції, педагогічні вміння вчителя фізичної культури	7	2	2				3
Тема 2. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя фізичної культури.	11	2	4			2	3
Тема 3. Вчитель фізичної культури як дослідник. Методи дослідження.	10	2	2			2	4
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем	30	6	8			4	10
<b>Змістовий модуль IV. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні</b>							
Тема 1. Оздоровча фізична культура. Фізкультурно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів.	10	2	2			2	4
Тема 2. Фітнес. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм. Використання фітнесу на уроках фізкультури.	12	2	4			2	4
Тема 3. Особливості підготовки майбутніх фітнес-фахівців.	6	2	2				2
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем	30	6	8			4	10
Разом за 8 семестр *з урахуванням МКР 4 год.	60	12	16			8	20
Всього *з урахуванням МКР 8 год.	*120	24	32			16	40

## 5. Програма навчальної дисципліни

### Змістовий модуль I

#### Фізичне виховання дітей різних вікових груп

**Тема 1. Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання.**

Характеристика особливостей фізичного розвитку дітей дошкільного віку. Фактори, що впливають на стан здоров'я дитини. Засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку. Форми занять фізичними вправами. Особливості методики занять фізичними вправами. Зміст фізкультурно-оздоровчих занять.

Основні поняття / ключові слова: системи: дошкільний вік, показники

фізичного розвитку, функціональні системи організму, спадковість.

Рекомендовані джерела

Основна (базова) : 3, 13, 15, 17

Додаткова: 2, 7

## **Тема 2. Фізичне виховання дітей шкільного віку.**

Мета, завдання фізичного виховання школярів. Молодший шкільний вік. Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості учнів середнього шкільного віку. Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості учнів старшого шкільного віку

Основні поняття / ключові слова: освітній етап, ЧСС, обмін речовин, процеси збудження і гальмування невовової системи.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 7, 14, 16, 17

Додаткова: 7

## **Тема 3. Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.**

Диференційоване фізичне виховання школярів. Розподіл школярів за медичними групами. Мета і завдання фізичного виховання учнів, що мають відхилення у стані здоров'я. Особливості занять з фізичного виховання дітей, віднесених до СМГ.

Основні поняття / ключові слова: синтез, дозування навантаження, дихальні вправи, вправи гімнастичні, ігрові, туристичні, диференційоване фізичне виховання.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 2, 7, 11, 16, 17

Додаткова: 7

## **Змістовий модуль II**

### **Форми фізичного виховання.**

#### **Тема 1. Форми фізичного виховання протягом навчального дня.**

Значення організаційних форм фізичного виховання школярів та їх класифікація. Характеристика урочних форм занять школярів. Характеристика позаурочних форм занять школярів.

Основні поняття / ключові слова: урок фізичної культури, гімнастика до уроків, фізкультхвилини і фізкультпаузи, рухова перерва, години здоров'я, спортивна година у групах продовженого дня.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 7, 8, 9, 17

Додаткова: 7

**Тема 2. Позакласні заняття фізичними вправами.** Некласифікаційні змагання школярів, Класифікаційні змагання. Змагання за шкільною програмою. Спортивно-художні вечори. День здоров'я. Положення про спортивне змагання.

Основні поняття / ключові слова: свято спорту і мистецтв, веселі старту сімейних команд, естафети та ігри, змагання "з листка", конкурс.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 7, 14, 16, 17

Додаткова: 7

**Тема 3. Фізичне виховання учнів поза школою.**

**Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами.**

Виховання інтересу до занять, встановлення позитивного ставлення та інтересу до занять, спеціальні знання, формування відповідних умінь і навичок, залучення учнів до щоденних занять.

Основні поняття / ключові слова: дії вчителя (прохання, порада, вимога, заохочення та покарання). Реакція учнів на дії вчителя.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 7, 12, 17

Додаткова: 4, 7

### **Змістовий модуль III**

**Учитель фізичної культури – організатор здорового способу життя.**

**Тема 1. Професійна педагогічна діяльність вчителя фізичної культури**

**Педагогічні функції, педагогічні вміння вчителя фізичної культури**

Учитель і учні як суб'єкти процесу фізичного виховання. Педагогічні функції вчителя. Педагогічні вміння. Специфіка роботи вчителя фізичної культури.

Основні поняття / ключові слова: особистість вчителя, виховна діяльність, функції вчителя, вибір професії.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 4, 7, 17

Додаткова: 5, 6

**Тема 2. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя фізичної культури.**

Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя. Сутність основних понять творчості. здібності учителя. Основні етапи і закони формування педагогічної творчості та особистісні якості творчого вчителя. Авторитет вчителя. Педагогічна техніка вчителя. Управління емоціями. Умови досягнення педагогічної майстерності.

Основні поняття / ключові слова: культура педагогічного спілкування, педагогічна майстерність, культура мовлення вчителя, матеріальна база, нестандартне обладнання, травматизм.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 7, 18

Додаткова: 2, 3, 7

**Тема 3. Вчитель фізичної культури як дослідник. Методи дослідження**

Педагогічні дослідження в фізичному вихованні. Методика проведення досліджень - педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, аналіз документальних матеріалів.

Основні поняття / ключові слова: види спостережень, види педагогічного експерименту, анкетування, інтерв'ю, бесіда, математична обробка результатів контрольних випробувань.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) :6, 7, 17

Додаткова: 1, 5

## **Змістовий модуль IV**

### **Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні**

**Тема 1. Оздоровча фізична культура. Фізкультурно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів**

Оздоровча фізична культура, основні поняття. Реалізація принципу оздоровчої спрямованості в практиці фізичного виховання. Загальні основи побудови оздоровчого тренування. Фізкультурно-оздоровчі технології. Коротка характеристика сучасних методів оздоровчої фізкультури.

Форми фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів

Основні поняття / ключові слова: зміцнення здоров'я, критерії здоров'я та фізичної підготовленості, масові види спорту, легка атлетика, водні види спорту, суглобна гімнастика, спортивні ігри, фітнес технології.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 1, 7, 10, 11

Додаткова: 2, 6

**Тема 2. Фітнес. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм**

Поняття «фітнес». Класифікація фітнес-програм. Застосування нових фітнес-програм на уроках фізкультури. Загальні основи побудови фітнес-програми. Загальна структура фітнес-програми.

Основні поняття / ключові слова: фітнес, степ-аеробіка, скіпінг, калланетіка, функціональний тренінг, пілатес, стретчинг, фітнес-програми, рухова активність.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 1, 5, 7

Додаткова: 2,6

**Тема 3. Особливості підготовки майбутніх фітнес-фахівців**

Розвиток оздоровчої індустрії в Україні. Підготовка фахівців з фітнесу за кордоном. Підготовка фахівців з фітнесу і рекреації в Україні. Кваліфікаційні вимоги до фахівців. Комп'ютерно-інформаційні технології в роботі фахівців



фізкультурно-оздоровчих напрямків.

Основні поняття / ключові слова: професія «фітнес-тренер», фітнес в США, фахівці фітнес-центрів, професійні компетенції в галузі оздоровлення та відновлення людини.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова) : 1, 7

Додаткова: 6

## 6. Контроль навчальних досягнень

### 6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Семестр 1		Семестр 2	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	6	6	6	6
Відвідування семінарських занять	1	8	8	8	8
Робота на семінарському занятті	10	8	80	8	80
Виконання завдань для самостійної роботи	5	6	30	6	30
Виконання модульної роботи	25	2	50	2	50
<b>Разом</b>		-	<b>174</b>	-	<b>174</b>
<b>Максимальна кількість балів: 348</b>					
<b>Розрахунок коефіцієнта: <math>348/60=5,8</math> іспит = 40 балів</b>					

### 6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

Завдання для самостійної роботи студентів мають таку структуру:

1. Опрацювання змісту тем за літературою.
2. Виконання практичного завдання (оцінюється в 5 балів).
3. Форма подання результатів виконаного завдання: документ MS Word.

### Критерії оцінювання:

Кількість балів	Оцінка
5	позначена проблема й обґрунтована її актуальність, зроблений аналіз різних точок зору на проблему, виклад фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності, під час аналізу зроблені самостійні висновки; тема розкрита повністю
4	проблема позначена, але не достатньо обґрунтована її актуальність, зроблений короткий аналіз різних точок зору на проблему, сформульовані висновки, тема розкрита достатньо повно
3	не обґрунтовано актуальність проблеми, висновки не чіткі. Наявні певні неточності у викладенні матеріалу

2	є неточності у викладі матеріалу, відсутні логічна послідовність у судженнях, є недоліки в оформленні
1	тема розкрита лише частково; допущені фактичні помилки в змісті роботи

### Тематика завдань для самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
<b>IV курс</b>		
1	Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей дошкільного віку.	3
2	Особливості формування правильної постави на уроках фізичної культури.	3
3	Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	4
4	Форми фізичного виховання протягом навчального дня.	2
5	Позакласні заняття фізичними вправами	4
6	Фізичне виховання учнів поза школою.	4
7	Педагогічні вміння вчителя фізичної культури	3
8	Педагогічна майстерність вчителя фізичної культури.	3
9	Методи дослідження	4
10	Дихальна гімнастика. Методика використання дихальної гімнастики.	4
11	Фітнес технології на уроках фізкультури	4
12	Фітнес програми	2

### 6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Модульний контроль проводиться за допомогою тестування. Оцінка розраховується відповідно до кількості правильних відповідей на питання тесту.

#### Критерії оцінювання:

Відсоток правильних відповідей	Оцінка
100%	Відмінно
90%	Дуже добре
80%	Добре
70%	Задовільно
60%	Достатньо
59% і менше	Незадовільно

### 6.4. Форма проведення семестрового контролю та критерії оцінювання.

Форма контролю – іспит IV курс (8 семестр).

### 6.5. Шкала відповідності оцінок.

Оцінка	Кількість балів
Відмінно	90-100
Дуже добре	82-89
Добре	75-81
Задовільно	69-74
Достатньо	60-68
Незадовільно	0-59

## 7. Навчально-методична карта дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»

Разом: 120 год, лекції – 24 год., семінарські заняття – 32 год., індивідуальна робота – 16 год., модульний контроль – 8 год., самостійна робота – 40 год

IV курс												
Модулі	Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2			Змістовий модуль 3		Змістовий модуль 4			
Назва модуля	Фізичне виховання дітей різних вікових груп			Форми фізичного виховання			Учитель фізичної культури – організатор здорового способу життя.		Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні.			
Кількість балів за IV курс	348											
Лекції	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Теми лекцій	Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання.	Фізичне виховання дітей шкільного віку.	Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	Форми фізичного виховання протягом навчального дня.	Позакласні заняття фізичними вправами.	Фізичне виховання учнів поза школою. Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами	Професійна педагогічна діяльність вчителя фізичної культури Педагогічні функції, педагогічні вміння вчителя фізичної культури	Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя фізичної культури.	Вчитель фізичної культури як дослідник. Методи дослідження.	Оздоровча фізична культура. Фізкультурно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів.	Фітнес. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм	Особливості підготовки майбутніх фітнес-тренерів
Відвідування	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Теми семінарських занять	Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання.	Фізичне виховання дітей шкільного віку.	Диференційований підхід у процесі фізичного виховання. Особливості фізичного виховання школярів, які мають відхилення у стані здоров'я.	Форми фізичного виховання протягом навчального дня.	Позакласні заняття фізичними вправами.	Фізичне виховання учнів поза школою Підготовка учнів до самостійних занять фізичними вправами	Професійна педагогічна діяльність вчителя фізичної культури Педагогічні функції, педагогічні вміння вчителя фізичної культури	Педагогічна майстерність Педагогічна техніка	Вчитель фізичної культури як дослідник. Методи дослідження.	Оздоровча фізична культура. Фізкультурно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів.	Фітнес. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм Структура і зміст фітнес-програм	Особливості підготовки майбутніх фітнес-тренерів
Робота на семінарському зан. + відвідування	10+1	10+1	10+1 10+1	10+1 1	10+1 1	10+1 10+1	10+1	10+1 10+1	10+1	10+1	10+1 10+1	10+1
Самостійна робота	12x5											
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)		
Підсумковий контроль	Екзамен											

## 8. Рекомендована література

### Основна

1. Булатова М.М. Фитнес и двигательная активность: проблемы и пути решения // Теорія і методика фізичного виховання і спорту /М.М. Булатова. – 2007. – № 1. – С. 3-7.
2. Боднар І.Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання у спеціальній медичній групі: навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання вищ. навч. закл. / Боднар І. Р. – Л.: Видавництво, 2013. – 187 с.
3. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. - Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. - 428 с.
4. Волков Л. В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. – К.: Олімпійська література, 2002. – 296с.
5. Дутчак М.В..Спорт для всіх в Україні: теорія і практика / М.В. Дутчак. К.: Олімп. л-ра, 2009. - 279 с.
6. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання – К.; Олімпійська література, 2017.\ Т.1. – 392с
7. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання – К.; Олімпійська література, 2017.\ Т.2. – 367с.
8. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей / М. М. Линець. – Львів: Штабар, 1997. – 207 с.
9. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях – Тернопіль: підручники і посібники, 2011 – 128с.
- 10.Сергієнко Л.П. Терміни і поняття у фізичній культурі : навч. посіб. / Л.П.Сергієнко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2011. – 264 с.
- 11.Товт В.А., Маріонда І.І., Сивохоп Е.М., Сусла В.Я. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Навчальний посібник для викладачів і студентів. – Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. – 88 с.
- 12.Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. – Львів, «Фест-Прінт». 2017. – 179 с.
- 13.Уилмор Дж. Х., Костила Д. Л. Фізіологія спорту та рухової активності. Пер. з англ. К.: Олімпійська література, 2007. – 504с.
- 14.Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навч. посіб- ник. — 2-е вид., випр. — Харків: «ОВС», 2008. — 406 с.
- 15.Фізичне виховання у схемах [навчально-методичний посібник] / Ф48 О.А. Чичкан, М.М. Кость. – Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2011. – 104 с.
- 16.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002 – Т.1. – 252 с.
- 17.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002 – Т.2. – 180с.

### *Додаткова*

1. Ашмарин Р. О. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.
2. Воробйов М. І., Круцевич Т. Ю. Практика в системі фізкультурної освіти. – К.: Олімпійська література, 2006. – 192 с.
3. Герцик М.С. Вступ до спеціальностей галузі „фізичне виховання і спорт”: Навчальний посібник/ Герцик М.С., Вацеба О.М. – Вид. 3-тє, випр. і доп. – Харків: „ОВС”, 2004. – 176 с.
4. Гнітецька Т.В. Самостійна робота студентів із теорії і методики фізичного виховання за кредитно-модульною системою навчання : навч. посіб. для студ. вищих навч. закл. фіз. вих. і спорту / Т. В. Гнітецька, Т. Г. Овчаренко. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010 – 184 с.
5. Круцевич Т. Ю., Воробьев М. И. Контроль в физическом воспитании детей, подростков, юношей. – К : НУФВСУ, 2005. – 196 с.
6. Прокопова Л. І. Практикум для студентів спеціальності “Фізичне виховання” [для факультетів фізичної культури педагогічних університетів] / Л. І. Прокопова. – Методичні рекомендації. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2007.
7. Фізична культура в школі : методичний посібник / за загальною редакцією С.М. Дятленка. – К. : Літера ЛТД, 2009. – 176 с.

### **Інформаційні ресурси**

1. <http://www.nbuuv.gov.ua/>
2. <http://dnpb.gov.ua/ua/>
3. <https://pidruchniki.ws/>
4. <https://www.gumer.info/>