

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ІЗМАЙЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГІЧНИЙ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, БІОЛОГІЇ ТА ОСНОВ ЗДОРОВ’Я**

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПРОФІЛЬНІЙ
ШКОЛІ**

(назва навчальної дисципліни)

освітній ступінь _____ магістр
(назва освітнього ступеня)

галузь знань _____ 01 Освіта/Педагогіка
(шифр і назва галузі знань)

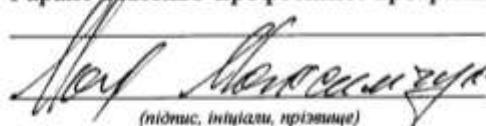
спеціальність _____ 014 Середня освіта
(код і назва спеціальності)

освітня програма _____ Середня освіта: фізична культура

тип дисципліни _____ обов'язкова
(обов'язкова / вибіркова факультативна)

ПОГОДЖЕНО:

Гарант освітньо-професійної програми


(підпис, ініціали, прізвище)**РЕКОМЕНДОВАНО:**кафедрою фізичної культури, біології та
основ здоров'я

протокол № 1 від 10.09.2020р

Завідувач кафедри 
(підпис, ініціали, прізвище)**ПОГОДЖЕНО:**Голова ради з якості вищої освіти
педагогічного факультету
(підпис, ініціали, прізвище)**Розробники програми:**Максимчук Борис Анатолійович, доктор
педагогічних наук, професор кафедри
фізичної культури, біології та основ здоров'я**Рецензенти програми:**Баштовенко Оксана Анатоліївна, кандидат
біологічних наук, доцент кафедри
фізичної культури, біології та основ
здоров'яЯрчук Геннадій Васильович, кандидат
філософських наук, доцент кафедри
фізичної культури, біології та основ здоров'я

1. ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

| Найменування показників | Розподіл годин за навчальним планом | |
|--|-------------------------------------|--------|
| | Денна | Заочна |
| <i>Кількість кредитів: 4</i> | <i>Лекції:</i> | |
| | <i>20</i> | - |
| <i>Модулів: 1</i> | <i>Практичні заняття:</i> | |
| <i>Загальна кількість годин: 120</i> | - | - |
| <i>Рік вивчення дисципліни за навчальним планом: 1</i> | <i>Лабораторні заняття:</i> | |
| | <i>6</i> | - |
| <i>Семестр: 2</i> | <i>Семінарські заняття:</i> | |
| | <i>12</i> | - |
| <i>Тижневе навантаження (год.):</i> | <i>Консультації:</i> | |
| - аудиторне: 2 | <i>2</i> | - |
| - самостійна робота: 8 | <i>Індивідуальні заняття:</i> | |
| <i>Форма підсумкового контролю: екзамен</i> | - | - |
| <i>Мова навчання: українська</i> | <i>Самостійна робота:</i> | |
| | <i>80</i> | - |

2. МЕТА ДИСЦИПЛІНИ

Предмет дисципліни «Методика навчання фізичної культури в профільній школі» є розвиток освіченої особистості, яка поєднує в собі творчий потенціал до навчання, ініціативність до саморозвитку та самонавчання в умовах глобальних змін та викликів, здатності ідентифікувати себе як важливу і відповідальну складову українського суспільства, яка готова змінювати і відстоювати національні цінності українського народу.

Мета та завдання дисципліни: вивчення дисципліни є: ознайомлення учнів з основними формами професійної діяльності фахівців фізичного виховання (вчителя фізичної культури, тренера або інструктора з виду спорту), оволодіння ними первинними методами і формами педагогічної діяльності, формування фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я старшокласників, фізичної культури особистості, оволодіння знаннями з основ теорії і методики фізичного виховання, вміннями та навичками самостійних і групових занять фізкультурно-спортивної й оздоровчо-корегувальної спрямованості, а також забезпечення можливостей для рівного доступу школярів до здобуття загальноосвітньої профільної та початкової допрофесійної підготовки з фізичного виховання.

Передумови для вивчення дисципліни реалізується шляхом застосування комплексного підходу до вирішення навчальних, оздоровчих і виховних завдань:

- інтеграція базової та додаткової освіти галузі фізичної культури і спорту, цілеспрямоване опанування обраним видом рухової діяльності;
- оволодіння психолого-педагогічними, анатомо-фізіологічними основами знань, гігієнічними вимогами до фізичного виховання;
- формування вмінь щодо організації та проведення самостійних форм занять оздоровчо-корегувальної та спортивної спрямованості;
- формування пізнавальних та творчих здібностей, щодо фізичної культури особистості;
- розвиток фізичних якостей та зміцнення здоров'я;
- забезпечення професійної орієнтації щодо вибору профілю подальшої освіти;
- формування громадянської та патріотичної свідомості.

Міждисциплінарні зв'язки з дисциплінами «Теорія та методика фізичного виховання», «Спортивні ігри з методикою навчання», «Управління в сфері фізичної культури», «Види спорту з методикою навчання (гімнастика, легка атлетика, атлетизм)

3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у студентів компетентностей та програмних результатів навчання відповідно до освітньо-професійної програми «Середня освіта: фізична культура».

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

знати: спілкування державною (і рідною у разі відмінності) мовами

вміти: вільно користуватися державною мовою під час занять, дискусій, вирішування суперечливих та конфліктних ситуацій та у повсякденному житті; правильно використовувати термінологічний апарат під час занять, суддіства змагань та інструкторської практики; популяризувати цінності фізичної культури і спорту мовними засобами.

знати: спілкування іноземними мовами.

вміти: читати тексти іноземною мовою про спортивні новини; опис іноземною мовою власних досягнень в обраному виді фізкультурно-спортивної діяльності; спілкуватися іноземною мовою під час спортивних змагань.

знати: математична компетентність.

вміти: користуватися методами математичної статистики для оцінки й аналізу стану розвитку власних фізичних якостей, прогнозувати їх подальший розвиток; вести зведені протоколи змагань та визначати результати змагань з обраного виду спорту; користуватися масштабом; визначати відсоток складових харчування у різні періоди тренувального і змагального періоду.

знати: основні компетентності у природничих науках і технологіях.

вміти: використовувати природні чинники для збереження та зміцнення здоров'я; визначати азимут та рельєф місцевості; визначати ЧСС; використовувати адекватні фізичні вправи для розвитку різних м'язових груп; визначати необхідний кут випуску снаряду (ядро, диск, спис, граната, м'яч) під час метання; застосовувати інноваційні технології для розвитку фізичних якостей та зміцнення здоров'я.

знати: інформаційно-цифрова компетентність.

вміти: користуватися комп'ютерною технікою для оцінювання та прогнозування стану розвитку власних фізичних якостей; опануванням технічними прийомами з обраного виду спорту.

знати: уміння вчитися впродовж життя.

вміти: складати плани індивідуальних і групових занять з обраного виду спорту; досягати поставленої мети у власному вдосконаленні та особистій фізичній культурі з урахуванням особистих потреб, мотивів та можливостей.

знати: ініціативність і підприємливість.

вміти: організовувати і проводити індивідуальні та групові заняття та змагання з обраного виду спорту, культурно-освітні спортивні заходи для молодших школярів; утримувати спортивні споруди для занять фізичною культурою і спортом у відповідному санітарно-гігієнічному стані; організовувати активний відпочинок.

знати: соціальна та громадянська компетентності.

вміти: дотримуватись правил Fair Play під час спортивних змагань та у повсякденному житті; зберігати та зміцнювати власне здоров'я; дотримуватись правил особистої та суспільної гігієни та безпечної поведінки на спортивних заняттях та у повсякденному житті; уникати конфліктних ситуацій; вести діалог; відстоювати свою точку зору; будувати свою діяльність на благо родини, класу, команди, школи, Батьківщини.

знати: обізнаність та самовираження у сфері культури.

вміти: дотримуватись культури рухів у спортивній та повсякденній діяльності;

використовувати (як приклад для наслідування) мистецькі твори на спортивну тематику для власного вдосконалення; поєднувати спортивні заняття з музичним супроводом.

знати: екологічна грамотність і здорове життя.

вміти: бережливо ставитися до свого здоров'я та здоров'я оточуючих, довкілля, спортивних майданчиків, інвентарю та обладнання; вести здоровий спосіб життя та застосовувати прийоми самоконтролю; дотримуватись санітарно-гігієнічних вимог та правил безпечної поведінки у фізкультурно-спортивній діяльності та повсякденному житті.

Інформація про компетентності та відповідні їм програмні результати навчання за дисципліною

| Шифр компетентності | Компетентності | Шифр програмних результатів | Програмні результати навчання |
|-------------------------------------|---|-----------------------------|---|
| Загальні компетентності (ЗК) | | | |
| ЗК 1. | Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. | ПРН 1. | Володіти законодавчою базою щодо завдань, цілей, принципів, засад функціонування повної загальної середньої освіти в Україні. Знати міжнародні та законодавчі акти України в галузі охорони дитинства про захист прав дітей та забезпечення їх повноцінного розвитку. |
| | | ПРН 2. | Знати нормативно-правові документи, що регламентують діяльність навчальних закладів освіти, напрями діяльності (адміністративна, методична, контролююча, проектна, освітня, виховна, фінансовогосподарська тощо) вчителя, директора закладу середньої освіти. |
| ЗК 3. | Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. | ПРН 3. | Володіти уміннями і навичками забезпечення організації освітнього процесу в закладі середньої освіти з урахуванням принципів повної загальної середньої освіти, зокрема дитиноцентризму, здоров'язбереження, інклузії, розвивального навчання, особистісноорієнтованого підходу, суб'єкт-суб'єктної взаємодії, компетентнісного підходу тощо. |
| ЗК 12. | Здатність розв'язувати проблеми з урахуванням аспектів соціальної та | ПРН 11. | Вміти формувати світоглядні засади щодо розвитку суспільства, культури, |

| | | | |
|--------|---|--------------------|--|
| | етичної відповідальності. | | національних традицій, в тому числі у сфері фізичної культури і спорту. |
| ЗК 13. | Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). | ПРН 10. ПРН 14. | Вміти забезпечувати необхідні передумови щодо формування мотивації до самовдосконалення засобами фізичної культури і спорту різних категорій населення. Вміти контролювати ефективність процесу фізичного виховання та навчально-тренувального процесу. |
| ФК 1. | Здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні закладів середньої освіти. | ПРН 12. | Вміти планувати та розробляти програму реалізації освітніх, виховних і оздоровчих завдань у процесі фізичного виховання різних груп населення та у навчально-тренувальному процесі підготовки спортсменів. |
| ФК 2. | Здатність оптимізувати навчально-виховний процес на основі інтегрованого навчання із застосуванням елементів інноваційних методів навчання і виховання. | ПРН 4. ПРН 14. | Вміти визначити напрямок своєї діяльності, її конкретні цілі і завдання на кожному етапі навчальної, виховної роботи і передбачати кінцевий результат; володіти методами визначення ефективності заходів, спрямованих на підвищення якості навчальновиховної роботи; уміти проектувати власну педагогічну систему у професійній діяльності. Вміти контролювати ефективність процесу фізичного виховання та навчально-тренувального процесу. |
| ФК 3. | Здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання. | ПРН 10. ПРН 13. | Вміти забезпечувати необхідні передумови щодо формування мотивації до самовдосконалення засобами фізичної культури і спорту різних категорій населення. Вміти планувати фізичне навантаження у відповідності до вікових, статевих, морфофункціональних та психологічних особливостей людини і рівня її підготовленості. |
| ФК 4. | Здатність реалізації принципу розвиваючого | ПРН 3. | Володіти уміннями і навичками забезпечення організації |

| | | | |
|-------|---|-----------------------|---|
| | навчання, забезпечення гнучкості та можливості до нововведень. | ПРН 6. | освітнього процесу в закладі середньої освіти з урахуванням принципів повної загальної середньої освіти, зокрема дитиноцентризму, здоров'язбереження, інклюзії, розвивального навчання, особистісноорієнтованого підходу, суб'єкт-суб'єктної взаємодії, компетентнісного підходу тощо. Вміти розробляти документацію щодо навчання, виховання та наукової, методичної, організаційної роботи вчителя фізичної культури, інспектора, методиста; вміти аналізувати, узагальнювати і поширювати передовий педагогічний досвід в тому числі і за кордоном. |
| ФК 5. | Здатність використовувати сучасні фізкультурнооздоровчі технології у фізичному вихованні дітей. | ПРН 11. | Вміти формувати світоглядні засади щодо розвитку суспільства, культури, національних традицій, в тому числі у сфері фізичної культури і спорту. |
| ФК 8. | Готовність до розробки та реалізації методичних моделей, методик, технологій і прийомів навчання, до аналізу результатів процесу їхнього використання в організаціях, що здійснюють освітню діяльність. | ПРН 5. ПРН 14. | Демонструвати уміння і навички роботи вчителя: надавати методичну допомогу вчителям за всіма напрямами програм навчання і виховання школярів, готовати і проводити різні форми методичної роботи з підвищення кваліфікації: семінари, практикуми, тренінги, консультації та ін. заходи методичного спрямування. Організовувати роботу методичної ради закладу середньої освіти. Вміти контролювати ефективність процесу фізичного виховання та навчально-тренувального процесу. |
| ФК 9. | Здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, науково-дослідну, організаційно-управлінську, спортивну, фізкультурно-оздоровчу діяльність, у тому | ПРН 3. | Володіти уміннями і навичками забезпечення організації освітнього процесу в закладі середньої освіти з урахуванням принципів повної загальної середньої освіти, зокрема дитиноцентризму, |

| | | | |
|--|------------------------------------|--------|---|
| | числі в умовах інклюзивної освіти. | ПРН 6. | здоров'язбереження, інклюзії, розвивального навчання, особистісноорієнтованого підходу, суб'єкт-суб'єктної взаємодії, компетентнісного підходу тощо. Вміти розробляти документацію щодо навчання, виховання та наукової, методичної, організаційної роботи вчителя фізичної культури, інспектора, методиста; вміти аналізувати, узагальнювати і поширювати передовий педагогічний досвід в тому числі і за кордоном. |
|--|------------------------------------|--------|---|

Матриця відповідності компетентностей результатам навчання за дисципліною

| Шифр компетентності | Результати навчання | | | |
|---------------------|--|---|---|---|
| | Знання | Уміння | Комунікація | Автономість та відповідальність |
| ЗК 1. | Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. | Професійно використовувати законодавчу базу щодо завдань, цілей, принципів, зasad функціонування повної загальної середньої освіти в Україні. | Уміти використовувати міжнародні та законодавчі акти України в галузі охорони дитинства про захист прав дітей та забезпечення їх повноцінного розвитку. | Професійно використовувати нормативно-правові документи, що регламентують діяльність навчальних закладів освіти, напрями діяльності |
| ЗК 3. | Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. | Володіти уміннями і навичками забезпечення організації освітнього процесу в закладі середньої освіти | Враховувати принципи повної загальної середньої освіти, зокрема дитиноцентризму, здоров'язбереження, інклюзії, розвивального навчання. | Здійснювати особистісно орієнтований підхід, суб'єкт-суб'єктної взаємодії, компетентнісного підходу. |
| ЗК 12. | Здатність розв'язувати проблеми щодо розвитку суспільства, з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності | Володіти світоглядними засадами щодо розвитку суспільства, з урахуванням аспектів соціальної та етичної | Вміти формувати світоглядні засади щодо розвитку суспільства, культури, національних традицій, в тому числі у сфері фізичної культури і | Приймати рішення на підставі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів. |

| | | відповіальності | спорту. | |
|--------|---|---|---|--|
| ЗК 13. | Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). | Володіти світоглядними засадами щодо розвитку суспільства, з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповіальності | Вміти забезпечувати необхідні передумови щодо формування мотивації до самовдосконалення засобами фізичної культури і спорту різних категорій населення. | Вміти контролювати ефективність процесу фізичного виховання. Приймати рішення на підставі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів. |
| ФК 1. | Здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні закладів середньої освіти. | Володіти освітніми, виховними і оздоровчими завданнями у процесі фізичного виховання різних груп населення та у навчально-тренувальному процесі | Уміти запроваджувати освітні, виховні і оздоровчі завдання у процесі фізичного виховання | Планувати та розробляти програму реалізації виховних і оздоровчих завдань у процесі фізичного виховання різних груп населення та підготовки спортсменів. |
| ФК 2. | Здатність оптимізувати навчально-виховний процес на основі інтегрованого навчання із застосуванням елементів інноваційних методів навчання і виховання. | Вміти визначити напрямок своєї діяльності, її конкретні цілі і завдання на кожному етапі навчальної, виховної роботи і передбачати кінцевий результат | Володіти методами визначення ефективності заходів, спрямованих на підвищення якості навчально-виховної роботи; | Проектувати власну педагогічну систему у професійній діяльності. Контролювати ефективність процесу фізичного виховання та навчально-тренувального процесу. |
| ФК 3. | Здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання. | Вміти планувати фізичне навантаження у відповідності до вікових, статевих, морфофункціональних та психологічних особливостей людини і рівня її підготовленості. | Вміти забезпечувати необхідні передумови щодо формування мотивації до самовдосконалення засобами фізичної культури і спорту різних категорій населення. | Нести відповіальність за результати своєї професійної діяльності, дотримується етичних норм та поведінки |
| ФК 4. | Здатність реалізації принципу | Володіти уміннями і | Вміти розробляти, аналізувати, | Нести відповіальність за |

| | | | | |
|-------|---|--|--|---|
| | розвиваючого навчання, забезпечення гнучкості можливості нововведень. | та до навичками забезпечення організації освітнього процесу в закладі середньої освіти з урахуванням принципу розвиваючого навчання, забезпечення гнучкості та можливості до нововведень | узагальнювати і поширювати передовий педагогічний досвід в тому числі і за кордоном. | реалізацію принципів дитиноцентризму, здоров'язбереження, інклузії, розвивального навчання, особистісно-орієнтованого підходу, суб'єкт-суб'єктної взаємодії, компетентнісного підходу тощо. |
| ФК 5. | Здатність використовувати сучасні фізкультурнооздоровчі технології у фізичному вихованні дітей. | Демонструвати уміння і навички застосування сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні дітей. | Вміти Вміти планувати та розробляти програму реалізації освітніх, виховних і оздоровчих завдань у процесі фізичного виховання різних груп населення та у навчально-тренувальному процесі підготовки спортсменів. | Формувати світоглядні засади щодо розвитку суспільства, культури, національних традицій, в тому числі у сфері фізичної культури і спорту. |
| ФК 8. | Готовність до розробки та реалізації методичних моделей, методик, технологій і прийомів навчання, до аналізу результатів процесу їхнього використання в організаціях, що здійснюють освітню діяльність. | Демонструвати уміння і навички роботи вчителя, готовувати і проводити різні форми методичної роботи з підвищення кваліфікації: семінари, практикуми, тренінги, консультації та ін.. | Надавати методичну допомогу вчителям за всіма напрямами програм навчання і виховання школярів, проводити заходи методичного спрямування. | Контролювати ефективність процесу фізичного виховання та навчально-тренувального процесу. |
| ФК 9. | Здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, науково-дослідну, організаційно-управлінську, | Володіти уміннями і навичками забезпечення організації освітнього процесу в закладі | Використовувати принципи повної загальної середньої освіти, зокрема дитиноцентризму, здоров'язбереження, інклузії, розвивального | Розробляти документацію щодо навчання, виховання та наукової, методичної, організаційної роботи вчителя |

| | | | | |
|--|---|------------------|---|---|
| | спортивну, фізкультурно-оздоровчу діяльність, у тому числі в умовах інклюзивної освіти. | середньої освіти | навчання, особистісно-орієнтованого підходу, суб'єкт-суб'єктної взаємодії, компетентнісного підходу тощо; вміти аналізувати, узагальнювати і поширювати передовий педагогічний досвід в тому числі і за кордоном. | фізичної культури, інспектора, методиста; |
|--|---|------------------|---|---|

4. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛІНИ

| № з/п | Назви модулів / тем | Кількість годин (денна форма навчання) | | | | | | Кількість годин (заочна форма навчання) | | | | | |
|----------|--|---|--------|----------------------------|-------------|-------------------------------|----------------------|--|--------|----------------------------|-------------|--|----------------------|
| | | Аудиторні | Лекції | Семінарські (практичні) | Лабораторні | Консультації Індивідуальні | Самостійна робота | Аудиторні | Лекції | Семінарські (практичні) | Лабораторні | Консультації Індивідуальні заняття | Самостійна робота |
| 1 | Задачі, значення, форми організації фізичного виховання | 3 | 2 | 1 | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - |
| 2 | Навчальна програма з фізичної культури (профільний рівень 10-11 клас) | 4 | 2 | 2 | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - |
| 3 | Урок – як основна форма навчально-виховного процесу | 3 | 2 | 1 | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - |
| 4 | Особливості фізичного розвитку і функціонального стану організму в старшому шкільному віці | 4 | 2 | 2 | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - |
| 5 | Фізична культура в сім'ї. Вплив занять фізичними вправами на гармонійний розвиток майбутньої матері. | 3 | 2 | 1 | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - |
| 6 | Планування навчальної роботи | 3 | 2 | 1 | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|--|----|----|----|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | Контроль за результатами навчально-пізнавальної діяльності | 3 | 2 | 1 | - | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 8 | Позакласна робота з фізичного виховання | 3 | 2 | 1 | - | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 9 | Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня | 3 | 2 | 1 | - | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 10 | Фізичне виховання школярів з відхиленням стану здоров'я | 3 | 2 | 1 | - | - | - | 8 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Проміжний контроль | | - | - | - | - | - | - | 2 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Підсумковий контроль | | - | - | - | - | - | - | 2 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Разом: | | 38 | 20 | 12 | 6 | - | - | 80 | - | - | - | - | - | - | - | - |

5. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

5.1. Зміст навчальної дисципліни за темами

Тема 1. Задачі, значення, форми організації фізичного виховання.

Завдання: оздоровчі: сприяння зміцненню здоров'я, всебічному і гармонійному фізичному розвитку, розвиток різних груп м'язів, розвиток всіх систем організму і їх функцій. Сприяння загартовуванню організму, підвищенню рівня опору несприятливим факторам; освітні: формування життєво важливих рухових умінь і навичок(ходьба, біг, стрибки, метання, лазіння). Збагачення рухового досвіду за рахунок оволодіння технікою вправ. Розвитку здібностей керувати рухами власного тіла в ускладнених умовах; виховні: об'єктивна необхідність цілісного формування особистості передбачає використання засобів і методів фізичного виховання з метою сприяння моральному, розумовому, естетичному і трудовому вихованню школярів. Форми: класно-урочна; групи продовженого дня; позакласна робота. Систематичні навчально-тренувальні заняття, спортивні змагання, екскурсії, походи, літні табори.

Тема 2. Навчальна програма з фізичної культури (профільний рівень 10-11 клас)

інтеграція базової та додаткової освіти галузі фізичної культури і спорту, цілеспрямоване опанування обраним видом рухової діяльності; оволодіння психолого-педагогічними, анатомо-фізіологічними основами знань, гігієнічними вимогами до фізичного виховання; формування вмінь щодо організації та проведення самостійних форм занять оздоровчо-корегувальної та спортивної спрямованості; формування пізнавальних та творчих здібностей, щодо фізичної культури особистості; розвиток фізичних якостей та зміцнення здоров'я; забезпечення професійної орієнтації щодо вибору профілю подальшої освіти; формування громадянської та патріотичної свідомості.

Тема 3. Урок – як основна форма навчально-виховного процесу.

Зміст уроку: навчальний матеріал; організаційно-управлінська і контролююча дільність педагога; навчально-пізнавальна дільність учнів. Структура уроку: підготовча частина уроку, основна частина уроку, заключча частина уроку. Класифікація уроку: урок загального фізичного виховання; урок фізичного фізичного виховання з професійною спрямованістю; урок фізичного виховання зі спортивною спрямованістю; урок лікувальної фізичної культури.

Тема 4. Особливості фізичного розвитку і функціонального стану організму в старшому шкільному віці.

Завдання фізичного виховання в старшому шкільному віці: зміцнювати здоров'я, сприяти всебічному фізичному розвитку, досягнення і підтримання високої працездатності в процесі навчання; забезпечувати всебічний розвиток всіх рухових якостей; поглиблювати знання основ спортивного тренування і самоконтролю; формувати стійку звичку до самостійних занять фізичними вправами, вміння складати індивідуальну програму занять фізичними вправами і систематично використовувати її в процесі самовдосконалення. Обсяг, інтенсивність навантаження, тривалість та характер відпочинку під час виконання фізичних вправ; вміння, навички та фізичні якості, які необхідні для успішної самореалізації у майбутній професії.

Тема 5. Фізична культура в сім'ї. Вплив занять фізичними вправами на гармонійний розвиток майбутньої матері.

Олімпійська філософія та здоровий спосіб життя; вміння, навички та фізичні якості. Вплив занять фізичними вправами на гармонійний розвиток майбутньої матері, фізична культура в сім'ї. Функції батьків в організації фізичного виховання дітей можна згрупувати таким чином: створення необхідних матеріально-технічних умов для занять у дома; контроль і сприяння дотриманню дітьми режиму дня, правил особистої гігієни, загартовування, виконанню ранкової гімнастики та домашніх завдань; особиста участь у змаганнях сімейних команд, днів здоров'я, спортивно-художніх вечорах і святах, іграх, розвагах, прогулянках; організація змагань та ігор на дитячих майданчиках за місцем проживання і в школі; виконання обов'язків громадських тренерів і суддів. Успішне розв'язання завдань фізичного виховання учнів є можливим лише за умови спільніх, погоджених дій школи та сім'ї. Школа навчає дітей виконувати фізичні вправи, дає необхідні знання, інструктує та консультує. Оздоровлення та загартовування дітей, формування постави, розвиток рухових і виховання морально-вольових якостей засобами фізичної культури школа та сім'я здійснюють разом. Сім'я відіграє основну роль щодо формування у дітей звички розумно проводити дозвілля, гігієнічних навичок. Умовний розподіл обов'язків свідчить про те, що ані школа без сім'ї, ані сім'я без школи не зможуть успішно виховувати молоде покоління.

Тема 6. Планування навчальної роботи.

Річний план-графік, поурочні четвертні плани, визначення і планування оздоровчих завдань, визначення і планування виховних завдань, конспект уроку. Сьогодні вже зрозуміло, що не можуть навчатися за єдиною програмою школярі різних регіонів України і навіть різні райони однієї області. Корективи в базову навчальну програму мають право вносити за рішенням своєї ради. Навчальна програма освітнього закладу повинна мати чотири розділи: „Мета і навчальні, виховні й оздоровчі завдання фізичного виховання”, „Зміст навчального матеріалу”, „Діяльність вчителя та учнів у навчальному процесі”, „Рівні особистого розвитку учнів – очікувані результати”. Третій розділ зовсім відсутній у діючих навчальних програмах. Тобто випущено найсуттєвіше – формування конкретних вмінь учнів у кожному класі. Стає зрозумілим, що мова йде про єдність двох нерозривно зв'язаних між собою основних видів діяльності: навчаючої діяльності вчителя та усвідомленої активної діяльності учнів. При цьому сучасна дидактика розглядає учнів як головну фігуру навчального процесу, як його суб'єкта. Він творить навчальний процес разом з учителем.

Тема 7. Контроль за результатами навчально-пізнавальної діяльності.

Контроль за навчально-пізнавальною діяльністю школярів - складова частина навчального процесу. Контроль сприяє: виявленню навчальних досягнень учнів, учня; розкриттю

причин слабкого засвоєння учнями змісту освіти і вживанню раціональних заходів для ліквідації виявлених у результаті перевірки знань школярів недоліків як у роботі учнів, так і у вчителів. Систематичний контроль - це умова руху вперед, тому що учень може мати уявлення про те, що він знає, що ним досягнуто, на що варто звернути увагу в подальшій роботі. Шкільний бал є також певним регулятором соціальних відносин у житті дитини, тому що формує відносини у класному колективі, з учителем, з батьками, риси учня як особистості. Контроль за результатами навчально-пізнавальної діяльності учнів включає в себе: перевірку, тобто виявлення знань, умінь і навичок; оцінку - вимірювання знань, умінь, навичок, погляд на їх рівень; облік - фіксацію результатів оцінювання у вигляді балів. Функції контролю чітко визначені в "Критеріях оцінювання навчальних досягнень учнів": Контролююча. Для здійснення цілеспрямованого керування процесом навчання необхідний оперативний зворотний зв'язок. Перевірка знань дає учителю інформацію про хід пізнавальної діяльності учнів, про те, як іде засвоєння для визначення можливостей подальшого просування в оволодінні змістом освіти. Перевірка одночасно є засобом виявлення ефективності методів і прийомів навчання, що застосовуються самим учителем. Навчальна. Перевірка сприяє більш глибокому засвоєнню програмового матеріалу, тобто в процесі слухання відповідей товаришів, доповнень учителя здійснюється систематизація знань, їх закріплення. Учень учається критично аналізувати відповіді однокласників. Діагностико-керуюча, що допомагає виявити причини труднощів, які виникають в учня у навченні, прогалини у знаннях і вміннях, і визначити конкретні шляхи усунення недоліків. Стимулююче-мотиваційна. Оцінювання навчальних досягнень повинно стимулювати бажання учнів поліпшувати свої результати, самореалізовуватися в навченні. Розвивальна, як вимагає спрямування оцінювання на формування самостійного творчого мислення учнів, умінь робити висновки, узагальнювати, застосовувати знання у змінених або нових ситуаціях, визначати головне та ін. Виховна. Контроль привчає школярів до систематичної роботи, дисципліни, сприяє формуванню відповідальності, активності, самостійності, допомагає розібратись у собі.

Тема 8. Позакласна робота з фізичного виховання

Завдання позакласної роботи з фізичного виховання. Одним з видів позакласної роботи в школі є масова фізкультурна та спортивна робота. Завдання позакласної роботи: сприяти школі у виконанні поставлених перед нею навчально-виховних завдань; сприяти зміцненню здоров'я, загартування організму, різnobічному фізичному розвитку учнів; поглиблювати і розширювати будівлі, вміння, навички, отримані учнями на уроках, фізичної культури; виховувати і розвивати організаторські навички у школярів; організовувати здоровий відпочинок учнів; прищеплювати учням любов до систематичних занять фізичною культурою і спортом. Прогулянки, екскурсії, походи Прогулянки, екскурсії та походи мають велике освітнє і виховне значення, оскільки діти знайомляться з природою, рідним краєм і його визначними пам'ятками. Ці заходи сприяють вдосконаленню навиків у ходьбі, бігу і іграх, загартовують організм і зміцнюють здоров'я дітей, сприяють набуттю навичок самообслуговування, поведінки та орієнтування на місцевості тощо п. Неоціненну роль вони відіграють в створенні і зміцненні дитячого колективу, у вихованні почуття дружби і товариства . Ігри, розваги Самими простими і масовими формами позакласної роботи з учнями є ігри і розваги. Ігри організовуються як з невеликою групою учнів одного класу, так і з великими групами учнів двох-трьох класів. Чим чисельніша група граєть, тим краще повинні бути підготовлені організатори та витівники з учнів. Ігри слід проводити у вигляді так званого «години ігор», загальне керівництво яким здійснюється вчителями. Спортивні змагання Спортивні змагання є однією з найбільш цікавих, захоплюючих форм позакласної роботи з фізичного виховання у початковій школі. Вони сприяють залученню учнів до систематичних занять фізичними вправами вдома і в колективі фізкультури, підвищують фізичну підготовленість учнів, згуртовують дитячий колектив. Гуртки фізичної культури

Гуртки фізичної культури організуються для учнів школи. Залежно від умов і кількості, бажаючих вони можуть бути організовані окремо в кожному класі, для відстаючих в засвоєнні навчального матеріалу, для всіх учнів початкової школи. Усередині гуртка комплектуються групи по 20 - 25 осіб з урахуванням їх віку і фізичної підготовленості. Заняття проводяться два-три рази на тиждень, їх тривалість 60-90 хв. портивні секції Спортивні секції створюються для учнів, які бажають займатися певним видом спорту. Основні завдання секцій: долучити школярів до систематичних занять спортом; сприяти їх спортивного вдосконалення в обраному виді спорту; готовувати їх до участі у позашкільних змаганнях; сприяти придбанню знань і навичок інструкторської роботи та суддіства змагань.

Тема 9. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня.

Далі ми повинні розглянути основні вимоги до організації позакласної роботи з фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку, оскільки вони визначають ті умови, за яких досягається максимальна ефективність цієї роботи. Тісний зв'язок позакласної роботи з урочистою формою занять із фізичного виховання школярів. Цей зв'язок повинен проявлятися у двох аспектах: а) організаційно-методичному; б) послідовності дотримання змісту. Доступність занять і розмаїття їхніх форм, що забезпечують можливість залучення до них широкого кола школярів. Проведення позакласної роботи з фізичного виховання як складової частини системи всієї навчально-виховної позакласної роботи школи зі збереженням спадкоємності принципів і методів роботи. Забезпечення чіткого педагогічного керівництва діяльністю шкільних колективів фізичної культури. Основною метою фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня є створення передумов для оптимальної розумової працездатності школярів середніх і старших класів на будь-яких уроках, причому йдеться як про підвищення, так і про відновлення розумової працездатності. Звичайно, фізичні вправи в режимі навчального дня вельми обмежені за змістом, оскільки підпорядковані розв'язанню досить вузьких гігієнічних задач. Але якщо вони виконуються щоденно, то можуть суттєво доповнювати будь-які уроки, роблячи значний внесок у гармонійний фізичний розвиток школярів. Серед основних задач фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня можна назвати такі: 1) активізація рухового режиму протягом навчального дня; 2) впровадження елементів фізичної культури у повсякденний побут школярів; 3) зміцнення їхнього здоров'я та вдосконалення культури рухів; 4) забезпечення гігієни розумової праці й підтримання оптимального рівня працездатності у навчальній діяльності; 5) формування навичок організованості, свідомої дисципліни. При визначені змісту, способів організації учнів, методики проведення заходів слід враховувати: 1) вікові особливості різних контингентів школярів; 2) рівень їхньої фізичної підготовленості; 3) характер впливів навчальної праці (а також типової робочої пози) школярів на функціональний стан їхнього організму; 4) динаміку працездатності на протязі дня; 5) особливості умов проведення занять (місце, ліміт часу тощо).

Тема 10. Фізичне виховання школярів з відхиленням стану здоров'я.

Диференціація фізичного виховання передбачає пристосування навчального матеріалу програми до індивідуальних можливостей учнів за рахунок диференціації методів, засобів, інтенсивності фізичного навантаження стосовно груп, що складаються із приблизно однакового контингенту учнів. Індивідуальні відмінності учнів зумовлені наступними чинниками: біологічними (вік, стать, генетично зумовлені особливості, та ін.); соціальними (сім'я, оточення, школа); психологічними (сприйняття, мислення, характер здібності і др.); особливостями фізичного розвитку. У відповідності до зазначених критеріїв виділяють 5 груп здоров'я: 1-а. Здорові, без хронічних захворювань, з

нормальним фізичним і нервово-психічним розвитком, не мають вроджених аномалій і функціональних відхилень, що вимагають корекції. Вони рідко хворіють. 2-а. Діти, у яких немає хронічних захворювань, але існують морфо-функціональні відхилення; із зниженим опором організму до гострих і хронічних захворювань. Це діти, які перенесли інфекційні захворювання, підлітки із затримкою загального фізичного розвитку (без ендокринних патологій) і значним дефіцитом маси тіла, які часто хворіють (4 рази і більше в рік). 3-а. Діти з хронічними захворюваннями в стані компенсації, збереженими функціональними можливостями. 4-а. Діти з хронічними захворюваннями в стадії субкомпенсації із зниженими функціональними можливостями. 5-а. Діти з хронічними захворюваннями в стадії декомпенсації. Як правило, діти з такою патологією не відвідують школу, вони знаходяться у спеціальних лікувальних закладах.

5.2. Тематика семінарських занять.

1. Мета і завдання фізичного виховання студентів. Форми заняття з ФВ у ВЗО. Особливості організації процесу фізичного виховання студентів (поділ студентів на навчальні відділення, посадові функції завідувачів кафедр і викладачів кафедр фізичного виховання ВЗО). Актуальні проблеми фізичного виховання у ВЗО України.
2. Соціально-історичні основи фізкультурно-спортивної діяльності.
Психологічно-педагогічні основи фізкультурно-спортивної діяльності.
Обраний вид спорту як засіб фізичного виховання й особистого вдосконалення. Формування цінностей і мотивів особистості. Психологічно-педагогічні основи спортивної діяльності (мета, завдання, основні засоби); структура процесів навчання. Медико-біологічні основи фізкультурно-спортивної діяльності. Основні відомості про будову та функції основних систем організму. Основи особистості та суспільної гігієни, гігієни праці та відпочинку, харчування, загартування. Санітарно-гігієнічні вимоги до проведення занять оздоровчо-корегувальної та спортивної спрямованості. Правила попередження травматизму під час занять та змагань. Профілактика специфічних захворювань при заняттях фізичною культурою та видами спорту. Засоби відновлення у спорті. Спортивний масаж. Основи теорії і методики фізкультурно-спортивної діяльності. Напрямки фізкультурної діяльності. Основні поняття теорії фізичного виховання. Засоби фізичного виховання. Виховання фізичних (рухових) якостей. Взаємозв'язок форм заняття з фізичного виховання з їх змістом. Основи організації та суддівства змагань з обраного виду спорту.
3. Організаційний етап (визначення готовності учнів до роботи на уроці). Постановка мети і завдань уроку усвідомлення і прийняття їх учнями. Перевірка виконання домашнього завдання (визначення рівня засвоєння матеріалу по попередній темі і готовності до сприйняття нового матеріалу). Підготовка до активної навчально-пізнавальної діяльності; Пояснення вчителем і засвоєння учнями нових знань (основне завдання цього етапу - формування у школярів уявлень про досліджуваних явищах, фактах, поняттях, їх сутності та взаємозв'язках). Первинна перевірка розуміння учнями нового матеріалу. Закріплення знань (організація діяльності учнів по застосуванню нових знань, вироблення відповідних умінь і навичок). Узагальнення і систематизація знань. Контроль і самоконтроль знань. Інформація про домашнє завдання (повідомлення завдання додому, роз'яснення його основних ідей і способів виконання). Підведення підсумків уроку (організація рефлексивної діяльності учнів: чому навчилися на уроці, що дізналися нового і т.).
4. Особливості фізичного розвитку дітей середнього шкільного віку. Завдання фізичного виховання в середньому шкільному віці. Зміцнювати здоров'я, сприяти всебічному фізичному розвитку, досягнення і підтримання високої працездатності в процесі навчання; Забезпечувати всебічний розвиток всіх рухових якостей; Поглиблювати знання основ спортивного тренування і самоконтролю; Формувати стійку звичку до самостійних занять фізичними вправами, вміння складати індивідуальну програму занятъ фізичними вправами і систематично використовувати її в процесі самовдосконалення. Фізичне виховання в 9-10-х класах проводиться за двома різними програмами: для юнаків і

для дівчат. Урок фізкультури проводять два викладачі. У старшому шкільному віці використовуються груповий та індивідуальний методи організації займаються, а при розвитку рухових якостей - позмінний і самостійний. Уроки носять характер спортивного тренування. Учитель фізкультури виконує функції тренера-методиста.

5. Створення необхідних матеріально-технічних умов для занять у дома. Контроль і сприяння дотриманню дітьми режиму дня, правил особистої гігієни, загартовування, виконанню ранкової гімнастики та домашніх завдань. Особиста участь у змаганнях сімейних команд, днів здоров'я, спортивно-художніх вечорах і святах, іграх, розвагах, прогулянках. Організація змагань та ігор на дитячих майданчиках за місцем проживання і в школі. Виконання обов'язків громадських тренерів і суддів.
6. Планування – це. Види планування: загальне і часткове. Відповідність плану нормативним і програмним документам. Облік загальних принципів гармонійного фізичного виховання. Реальність, конкретність і гнучкість. Функції педагогічного планування. Державні документи планування фізичного виховання. Допоміжні документи планування.
7. Контроль за навчально-пізнавальною діяльністю - складова частина навчального процесу. Контроль сприяє. Систематичний контроль. Функції контролю. Методи і форми контролю.
8. Позакласні заняття фізичними вправами: секції з видів спорту; секції загальної фізичної підготовки; масові фізкультурні заходи; туристичні походи; фізкультурні свята і вечори; дні здоров'я; змагання. Фізичне виховання учнів поза школою. Зміст, методи і форми організації самостійної фізичної діяльності школярів у позакласній і позашкільній роботі.
9. Тісний зв'язок позакласної роботи з урочиною формою заняття із фізичного виховання школярів. Цей зв'язок повинен проявлятися у двох аспектах: а) організаційно-методичному; б) послідовності дотримання змісту. Доступність заняття і розмаїття їхніх форм, що забезпечують можливість залучення до них широкого кола школярів. Проведення позакласної роботи з фізичного виховання як складової частини системи всієї навчально-виховної позакласної роботи школи зі збереженням спадкоємності принципів і методів роботи. Забезпечення чіткого педагогічного керівництва діяльністю шкільних колективів фізичної культури.
10. Поняття “диференційований підхід”. Диференційоване фізичне виховання. Чинники Індивідуальної відмінності учнів. 5 груп здоров'я. Підходи щодо організації уроків фізичної культури з учнями СМГ. Залежно від характеру і тяжкості захворювання рекомендується поділити дітей СМГ на три групи: А, Б, В. Основні завдання ФВ учнів, що відносяться до СМГ.

5.3. Організація самостійної роботи студентів.

| № з/п | Вид роботи | Кількість годин | | Форми звітності |
|----------|---|-----------------|---|-----------------------------------|
| 1. | Підготовка до лекційних та семінарських занять | 39 | - | Конспект |
| 2. | Підготовка до проміжного контролю | 1 | - | Модульна контрольна робота |
| 3. | Виконання індивідуальних завдань: - підготовка доповіді; - підготовка реферату - проходження курсів на базі Prometheus | 10 10 20 | - | Доповідь Реферат Сертифікат |
| Разом | | 80 | - | |

5.4. Тематика індивідуальних завдань

Тематика доповіді

1. Варіативний модуль «Баскетбол»
2. Варіативний модуль «Волейбол»
3. Варіативний модуль «Гандбол»
4. Варіативний модуль «Футбол»
5. Варіативний модуль «Гімнастика»
6. Варіативний модуль «Легка атлетика»
7. Фізична культура – складова загальної культури.
8. Олімпізм як універсальна концепція виховання та освіти молоді.
9. Олімпійський спорт в Україні.
10. Психолого-педагогічні основи спортивної діяльності (мета, завдання, основні засоби, структура процесів навчання).
11. Основні відомості про будову та функції основних систем організму.
12. Основи особистої та суспільної гігієни, гігієни праці та відпочинку, харчування, загартування.
13. Санітарно-гігієнічні вимоги до проведення занять оздоровчо-корегувальної та спортивної спрямованості.
14. Правила попередження травматизму під час занять та змагань.
15. Профілактика специфічних захворювань при заняттях фізичною культурою та видами спорту.
16. Засоби відновлення у спорті. Спортивний масаж.
17. Засоби фізичного виховання.
18. Виховання фізичних (рухових) якостей.
19. Основи організації та суддівства змагань з обраного виду спорту.
20. Фізична, технічна, тактична підготовка спортсмена.
21. 15.Матеріально-технічне забезпечення тренувань.
22. Фізична культура і спорт в Україні.
23. Олімпійська філософія і сучасний олімпійський рух.
24. Становлення громадянина-патріота України через ціннісний потенціал олімпізму.
25. Досягнення українських спортсменів (обраний вид спорту).
26. Олімпійський рух в Україні, перспективи його розвитку.
27. Проблеми сучасного олімпійського руху.
28. Основні вимоги до професійно-педагогічної підготовки фахівців галузі фізичного виховання і спорту.
29. Особливості розвитку дитячого організму.
30. Фізичне виховання в сім'ї.
31. Допінг, спорт та здоров'я.
32. Медико-педагогічний контроль під час занять фізичною культурою і спортом.
33. Правила домедичної допомоги в разі травмування.
34. Особливості професійно-прикладної, оздоровчо-корегувальної та спортивної діяльності.
35. Форми занять з фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах.
36. Планування та регулювання навантажень під час занять фізичною культурою і спортом із врахуванням індивідуальних особливостей.
37. Спортивне тренування. Засоби, методи та форми спортивного тренування з обраного виду спорту.
38. Методи організації учнів на заняттях.
39. Правила змагань з обраного виду спорту.

6. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

- 6.1. *Форми поточного контролю.* Усна або письмова перевірка вивчення навчальних матеріалів на практичних заняттях.
- 6.2. *Форми проміжного контролю.* Модульна контрольна робота

- 6.3. Форми підсумкового контролю Екзамен
- 6.4. Засоби діагностики результатів навчання: подаються в силабусі навчальної дисципліни.
- 6.5. Критерії оцінювання результатів навчання: подаються в силабусі навчальної дисципліни

7. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Спортивна зала, орієнтовні плани індивідуальних і групових занять з обраного виду спорту; спортивні змагання з різних видів спорту, посібники, інтернет ресурси, методичні рекомендації, тренажерні зали, спортивний інвентар.

8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

8.1. Основні джерела:

1. Круцевич Т.Ю., Дятленко С.М., Турчик I.X. (2010). Методичний посібник 10-11 класи «Фізична культура в школі» Літера ЛДТ. 64 с.
2. В.М. Єрмолова, В.В. Деревянко, І. Р.Захарчук, В.О.Сілкова, М.В. Тимчик, (2017) Навчальна програма ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА Профільний рівень 10 – 11 класи Робоча група, яка здійснила розроблення навчальної програми відповідно до наказу № 451 Міністерства освіти і науки України від 22.03.2017 р., Київ
3. Папуша В. (2008) Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. / В. Папуша. – Тернопіль: підручники і посібники, 192 с.
4. Платонов В.Н. (2004) Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов, Киев, 808 с.
5. Сергієнко Л.П. (2001) Тестування рухових здібностей школярів. Київ: Олімпійська література, 440с.
6. Студентська творча робота: Навчально-методичний посібник / за ред. проф. Б.М.Шияна. - Тернопіль: ТДПУ, 2000. 48 с.
7. Теория и методика физического воспитания (2003). / Под ред. Т.Ю. Круцевич. Київ: Олімп. літ-ра, Т.1. 423 с.; Т.2. 392 с.
8. С. Дудіцька, О. Зендик (2002). Сучасні фізкультурно – оздоровчі технології у фізичному вихованні. Теорія та методика фіз. Виховання і спорту. N 2-3. С. 81-82.
9. Теорія та методика фізичного виховання. (2003) Загальні основи теорії та методики фізичного виховання / За ред. Т.Ю.Крецевич. Київ: Олімпійська література. Т.1. 422 с.
10. Черненко, Олена Євгенівна (2004) Різновиди гімнастики як засіб фізичного виховання: Навчальний посібник для студентів факультету фізичного виховання/ О.Є.Черненко, Н.І.Смірнова, Н.І.Корж. Запоріжжя: ЗДУ, 54с.
11. Шиян Б.М. (2001) Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1, 2. / Б.М. Шиян. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 272 с.
12. Андрощук, Н. Основи здоров'я і фізична культура (теоретичні відомості) / Н. Андрощук, М. Андрощук, — Тернопіль: Підруч. і посіб., 2006. — 160 с.
13. Балбенко, С. (2004) Основи здоров'я та фізичної культури : метод. посіб. для вчителів Харків: Скорпіон, 96 с. (Предметний тиждень).
14. Богданова, Г. (2007) Підготовка вчителів до формування в учнів життєвих навичок. Здоров'я та фізич. культура. № 9. С. 6-9
15. Василенко, Л. (2006) Проект паспорту кабінета «Основи здоров'я та безпеки»: зб. нормат. док. з питань формув. основ здоров'я та безпеки: метод. посіб. для вчителів. Харків: Скорпіон, 204 с. (Кабінет здоров'я в школі).
16. Васьков, Ю. (2005) Концепція розвитку фізичного виховання в загальноосвітніх школах. Здоров'я та фізич. культура. № 6. С. 1, 3-5.

17. Всесвітній день здоров'я — 7 квітня (2007). Здоров'я та фізич. культура. № 9. С. 19-20.
18. Горащук, В. (2005) Теоретичні підходи до формування культури здоров'я школярів. Безпека життєдіяльності. № 5. С. 58-61.
19. Єдинак, Г. (2000) Фізична культура в школі : молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Поділ. 305 с.
20. Єресько, О. (2005) Особливості змісту шкільного предмета «Основи здоров'я» Безпека життєдіяльності. № 2. С. 56-59.
21. Єресько, О. (2005) Методичні рекомендації щодо вивчення предмета «Основи здоров'я» / О. Єресько. Здоров'я та фізич. культура. № 6. С. 13-16
22. Бело М. (2005) Концепція навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок : інформ. зб. з життєвих навичок. Київ: Генеза,. 77 с.
23. Методичні матеріали для організації фізкультурно-оздоровчої роботи у школі (2006). [добірка статей] Здоров'я та фізич. культура. № 16-17. С. 1-20.
24. Навчання здоровому способу життя на засадах розвитку навичок через систему шкільної освіти : оцінка ситуації (2004). М-во України у справах сім'ї, дітей та молоді; Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді; Представництво дит. фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні. Київ. 108 с.
25. Неведомська, Є. (2007) Формула здоров'я : сторінка методиста. Основи здоров'я та фізич. культура. № 5. С. 20-23.
26. Сорочинська В. (2003). Профілактика негативних явищ серед учнівської та студентської молоді (наркоманія, алкоголізм, СНІД) : навч.-метод. посіб. Київ: Вид-во Європейського ун-ту, 168 с.
27. Чешенко, О. (2006). Школи сприянню здоров'ю : метод. поради. № 31. С. 8-13.
28. Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та туризму (2009) : міжнарод. наук.-практ. конф. : 15-16 жовтня 2009 року. Запоріжжя: Вид-во КПУ, 138 с.
29. Бекас, Ольга О. Judo.(2014). Фізична підготовка юних спортсменів : навч.-метод. посіб. М-во освіти і науки України, Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського. Вінниця : 151 с.
30. Береговий, Віктор Григорович. (2016). Спортивне сузір'я Чернігівщини, Вип. 2. Чернігів : Десна Поліграф, 127 с.
31. Василюк, Василь Миколайович (2015). Історія фізичної культури: [навч.-метод. посіб.]; М-во освіти і науки України, Рівнен. держ. гуманіт. ун-т. Рівне: Волин. обереги, 307 с.
32. Вейнберг, Роберт С. (2014) Психологія спорту: [підручник] Київ: Олімп. літ., 334с.
33. Велика українська енциклопедія (2016): темат. реєстр гасел з напряму «Фіз. виховання і спорт» / Держ. наук. Установа Енциклопед. вид-во; Київ : Енциклопед. вид-во, 142 с.
34. Воробйов, Михайло Іванович. (2014).Практика в системі фізкультурної освіти : навч. посіб. для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту. Київ : Олімп. літ. с. 190 с.
35. Грабовський, Юрій Антонович. (2014). Масова фізична культура і спорт: основи організації та методики : [навч. посіб. для студентів вищ. закл. освіти галузі знань; М-во освіти і науки України, Херсон: Бібліогр.: С. 217-225.
36. Грибан, Григорій Петрович. (2016) Термінологічний словник з фізичної культури і спорту; М-во освіти і науки України, Житомир. нац. аграр. ун-т. Житомир: Рута, 99 с. — Бібліогр.: С. 97–99.
37. Єрьоменко, Едуард Анатолійович. (2014). Хортинг – національний вид спорту України : метод. посіб. М-во молоді та спорту України, Ін-т інновац. технологій і змісту освіти. Київ: 1062 с.
38. Мар'яна Савка (2010). Зіркові історії успіху : від зірок укр. спорту Львів : Видво Старого Лева, 85 с.
39. Здоров'я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти в Україні (2014) : тези доп. III Всеукр. наук.-прак. конф.: м. Харків, 1-2 жовт. 2014 р. М-во освіти і науки України, Нац. техн. ун-т "Харків. політехн. ін-т". Харків : НТУ "ХПІ", 2014. 148 с.
40. Імас, Євген Вікторович. (2016). Маркетинг у спорті : теорія та практика. Київ : Олімп. літ., С. 260–271.

41. Кіндрат, Вадим Кирилович (2015). Організація фізкультурної та спортивно-масової роботи в різних сферах суспільства : навч. посіб. М-во освіти і науки України, Ін-т проблем виховання НАПН України. Рівне: Волин. обереги, 258 с.
42. Короткий словник-довідник термінів спорту та фізичної культури (2014): навч. посіб. Кам'янець-Поділ. нац. ун-т ім. І. Огієнка; Вид. 2-ге допов. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 71 с.
43. Кришталь, Микола Андрійович (2010). Психологія спорту: навч.-метод. посіб. Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. Черкаси : Вид. від. ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 54 с.
44. Куроченко, Іван Панасович. (2016). Правові, організаційні та методичні засади фізичної культури і спорту в Україні : навч. Практикум. Ірпінь : Вид-во Нац. ун-ту ДПС України, 612 с. С. 301-603.
45. Кутек, Тамара Борисівна. (2014). Сучасна спортивна підготовка кваліфікованих спортсменок, які спеціалізуються в легкоатлетичних стрибках; М-во освіти і науки України, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 279 с. С. 237-263.
46. Марцінковський, Ігор Богданович. (2014) Методи дослідження у лікарському контролі спортсменів і фізкультурників : навч. посіб; М-во освіти і науки України, Нац. ун-т кораблебудування ім. Макарова. Миколаїв : НУК, 352 с. С. 341-344.
47. Менеджмент в галузі фізичної культури і спорту (2014) : [навч. посіб.]. Кам'янець-Подільський : Рута, 227 с. С. 180-183.
48. Методичні рекомендації до занять зі спортивної аеробіки для студентів усіх напрямів підготовки денної форми навчання. (2010). М-во освіти і науки України, Харк. нац. екон. ун-т ; [уклад. І. М. Погребняк]. — Харків. : Вид-во ХНЕУ. 31 с.
49. Мічура, Юрій Петрович. (2007). Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку : Закономірності функціонування та розвитку. Київ. 214 с. С. 206-215.
50. Носко, Микола Олексійович. (2013). Формування здорового способу життя : навч. посіб. Київ: МП Леся, 159 с. С. 147–148.
51. Олексієнко, Ярослав Іванович. (2014) Основні чинники здорового способу життя молоді: навч.- метод. посіб. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 175 с. С. 170–175.

8.2 Допоміжна література:

1. Олексієнко, Ярослав Іванович. (2016). Олімпійські ігри. Участь українських спортсменів в Олімпійських іграх: перемоги та поразки : навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 78 с.
2. Олешко, Валентин Григорович. (2013). Моделювання, відбір та орієнтація підготовки спортсменів у силових видах спорту Київ: Центр учб. л-ри, 251 с. С. 224-251.
3. Олешко, Валентин Григорович. (2011). Підготовка спортсменів у силових видах спорту. Київ: ДІА, С. 437-443.
4. Олімпійський рух та участь у ньому українських спортсменів (2008): [посібник] Кіровогр. обл. ін-т післядиплом. пед. освіти ім. В. О. Сухомлинського; Кіровоград: Центр.-Укр. вид-во, 60 с.
5. Кручаниця М. І. (2016). Основи здорового способу життя : підручник. М-во освіти і науки України, ДВНЗ "Ужгород. нац. ун-т", Ф-т здоров'я людини. Ужгород: РІК-У, 263 с. С. 207–210.
6. Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін (2013). Оцінювання психофізіологічних станів у спортсменів. Львів: ЛДУФК, 311 с. С. 287-311.
7. Павленко, Юрій Олексійович. (2011) Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в олімпійському спорту. Київ. : Олімп. л-ра. 310 с. С. 293–311.
8. Петренко, Лариса Борисівна. (2011) Ніжин: місто спортсменів : сторінки історії ніжин. Спорту. Ніжин: Лисенко М. М., 541 с.
9. Пітин, Мар'ян Петрович.(2015). Теоретична підготовка в спорті. Львів : ЛДУФК. 370 с.

10. Севрюк, Микола Петрович (2015). Історія фізичної культури і спорту : навч. посіб. М-во освіти і науки України, Кремен. нац. ун-т ім. М. Остроградського. Кременчук : 114 с.
11. Смоляр, Ірина Іванівна. (2011). Диференціація лідерських якостей спортсменів у чоловічих і жіночих командах (на прикладі ігрових видів спорту) : автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання та спорту: Нац. ун-т фіз. виховання та спорту України. Київ., 20 с.
12. Солопчук, Микола Сергійович. (2016) Всесвітня історія фізичної культури і спорту : [навч.- метод. посіб.] Кам'янець-Подільський : Друк. "Рута", 131 с.
13. Теорія та методика викладання обраного виду спорту (веслувальний спорт) (2011): навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту за спец. 6.10202 напряму підгот. 0102 / О. А. Шинкарук, О. О. Чередниченко, Л. М. Шульга, О. М. Русанова ; М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. Київ: Олімп. пра, 126 с.
14. Теорія та методика підготовки спортсменів (2014): навч. посіб. М-во освіти і науки України, Запоріз. нац. техн. ун-т. Запоріжжя: ЗНТУ, 148 с.
15. В. І. Кемкіна, О. С. Сокирко, В. О. Понаморьов, В. В. Кемкін (2014). Теорія та методика підготовки спортсменів : навч. посіб; М-во освіти і науки України, Запоріз. нац. техн. ун-т. Запоріжжя: ЗНТУ. 148 с.
16. Терещенко, Валерій Іванович.(2014). Гирьовий спорт – ефективний засіб загальної фізичної підготовки: навч. посіб. Нац. ун-т держ. податк. служби України. Ірпінь: Вид-во Нац. ун-ту ДПС України. 232 с.
17. Тимошенко, О. В. (2014). Моделювання і прогнозування у фізичному вихованні та спорті : [метод. посіб.]. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 194 с.
18. Федорець, Антон Володимирович. (2013). Психологічні чинники самоставлення особистості спортсмена: автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.01 / Федорець Антон Володимирович ; М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. Київ, 23 с.
19. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві (2009): зб. наук. пр. / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк: Ред.-вид. від. ВНУ ім. Л. Українки.
20. Фізична культура і спорт у сучасному суспільстві: досвід, проблеми, рішення (у циклі Анохінських читань) (2015): матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. : 20 листоп. 2015 р., ун-т ім. Б. Грінченка, Гуманітар. Київ: ун-т ім. Б. Грінченка, 146 с.
21. П. І. Євстратов, Я. Б. (2015). Зорій Фізична культура і спорт в національній економіці): навч. посіб. / М-во освіти і науки України, Чернів. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича. Чернівці : ЧНУ, 95 с.
22. Фізична культура та спорт у навчальних закладах Східноєвропейських країн (2013) : матеріали II міжнар. наук.-практ. конф. : 22-23 трав. 2013 р., м. Чернівці / Чернів. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича [та ін. ; редкол.: Прядко В. В. та ін.]. — Чернівці : Технодрук, 407 с.
23. Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід і сучасні технології (2014): матеріали Всеукр. наук.-практ. конф., 2–4 жовт. 2014 р. / М-во освіти і науки України, Запоріз. облдержадмін., Запоріз. нац. техн. ун-т, Ф-т упр. фіз. культурою та спортом; Запоріжжя: ЛПС, 311 с.
24. А. С. Ровний, В. М. Ільїн, В. С. Лізогуб, О. О. Ровна (2015). Фізіологія спортивної діяльності : підручник; М-во освіти і науки України, Харків. держ. акад. фіз. Культури. Харків : ХНАДУ, 555 с.
25. Хорошуха, Михайло Федорович. (2014). Основи здоров'я юних спортсменів. М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ: НУБіП України. 721 с.
26. Чепелюк, Анна Вікторівна (2017). Формування психолого-педагогічної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури у вищому навчальному закладі: Дрогоб. держ. пед. ун-т ім. І. Франка. Дрогобич: Ред.-вид. відд. Дрогоб. держ. пед. ун-ту ім. І. Франка, 175 с.
27. Яковлів, Володимир Леонтійович (2016). Основи управління підготовкою юних спортсменів : навч. посіб. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. 271 с.

28. Язловецька, Оксана (2017). Фізичне виховання і спорт у шкільній освіті європейських країн. Рідна школа. № 3/4. С. 75-80.
29. Яковлів, Володимир Леонтійович (2016). Основи управління підготовкою юних спортсменів : навч. посіб. Вінниця: Нілан-ЛТД, 271 с.
30. Яловик, Володимир Трохимович (2010). Медико-біологічні й педагогічні засоби відновлення та підвищення працездатності спортсменів: метод. розробка Луцьк : РВВ Волин. нац. ун-т ім. Л. Українки, 182 с.
31. Юрчук, С. М. (2013).Харчування при фізичних тренуваннях: метод. рек. (для студ. та викладачів ВНЗ, тренерів); М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького, Каф. фіз. виховання. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького. 46 с.
32. Бондар Іванна Романівна (2017). Диференційоване фізичне виховання : навчальний посібник. Львів: ЛДУФК, 2017. – 197 с.
33. Вознюк Тетяна Володимирівна (2019). Волейбол у закладах вищої освіти : навчальний посібник. Вінниця: Твори, 279 с.
34. Вознюк Тетяна Володимирівна (2016). Основи теорії та методики спортивного тренування : навчальний посібник. Вінниця : ФОП Корзун Д. Ю., 236 с
35. Вознюк Тетяна Володимирівна (2017). Сучасні ігрові види спорту: навчальний посібник. Вінниця. 246 с.
36. Галайдюк Микола Ананійович (2014). Фізичне виховання студентів спеціальних медичних груп : методичні рекомендації; Вінницький державний педагогічний ун-т ім. М. Коцюбинського, Ін-т фізичного виховання Вінниця : Ландо-ЛТД, 78 с.
37. Грибан Григорій Петрович. (2014) Методична система фізичного виховання студентів : навчальний посібник. Житомир : Рута, 305 с
38. Гук С. В. (2014). Фізично-реабілітаційна освіта: досвід Великої Британії : методичні рекомендації для студентів напряму підготовки "Фізична культура, спорт і здоров'я людини"; Кам'янець-Подільський нац. ун-т ім. І. Огієнка Кам'янець-Подільський; Хмельницький : Термінова поліграфія, 64 с.
39. Денисова Лолита Викторовна.(2013). Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: учебное пособие для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта. Київ: Олимпийская литература, 127 с.
40. Драчук Андрій Іванович.(2019). Теорія і методика викладання гандболу : навчальний посібник. Вінниця : ФОП Корзун Д. Ю., 252 с.
41. Драчук Андрій Іванович. (2013). Теорія і методика викладання гандболу : навчальний посібник. Вінниця : Ландо ЛТД, 152 с.
42. Зубалій Микола Дмитрович. (2014). Фізичне виховання старшокласників у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів : навчально-методичний посібник; Нац. академія пед. наук України, Ін-т проблем виховання Кіровоград : Імекс-ЛТД, 172 с.
43. Каплінський Василь Васильович. (2014). Основи виховної діяльності вчителя фізичної культури : навч. посіб. Вінниця : Едельвейс і К, 291 с.
44. Корольчук А. П (2016). Масаж : навчально-методичний посібник для студентів Інституту фізичного виховання і спорту. Вінниця, 127 с.
45. Костюкевич Віктор Митрофанович. (2015). Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті : навчальний посібник. Вінниця : Нілан-ЛТД. 255 с.
46. Костюкевич Віктор Митрофанович. (2016). Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навчальний посібник. Вінниця: КНТ, 615 с.
47. Костюкевич Віктор Митрофанович (2016). Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях : навчально-методичний посібник. Вінниця : Планер, 158 с.
48. Краснобаєва Тетяна Миколаївна. (2016). Особливості формування фізкультурно-спортивних умінь у студентів : методичний посібник для викладачів фізичного виховання вищих навчальних закладів освіти. Вінниця : Едельвейс і К, 49 с.
49. Краснобаєва Тетяна Миколаївна (2014). Фізичне виховання: Розробка занять із загальної фізичної підготовки. (Модульний варіант): методичний посібник для викладачів

- фізичного виховання вищих навч. закладів освіти; Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського, Інститут фізичного виховання і спорту Вінниця, 108 с.
50. Наумчук, Володимир Іванович. (2014). Теоретико-методичні основи навчання спортивним іграм: навчально-методичний посібник. Тернопіль: Астон, 179 с.
51. Сутула Василь Опанасович (2013). Педагогічні технології в системі фізичного виховання школярів : навчальний посібник; Харківська державна академія фізичної культури Харків. 116 с.

8.2. *Інформаційні ресурси*

1. <http://www.edu.ru/modules.php>
2. <http://lib.sportedu.ru>
3. www.eLIBRARY.ru
4. www.pedlib.ru
5. www.nlr.ru
6. www.rsl.ru