

ПВНЗ Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука

Факультет здоров'я, фізичної культури і спорту

*Кафедра теорії і методики фізичного виховання та адаптивної фізичної
культури*

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 18. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Освітньої програми:	Фізкультурно-спортивна реабілітація
Рівня вищої освіти:	першого (бакалавра)
За спеціальністю:	017 Фізична культура і спорт
Галузь знань:	01 Освіта/Педагогіка


Рівне 2024

Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за освітньою програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація» зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка.

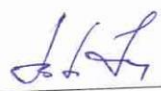
Розробник: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доц. Романова В.І.

Робоча програма розглянута та затверджена на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання та адаптивної фізичної культури.

Протокол від «27» 08 2024 р. № 1.


Завідувач кафедри  доц. Романова В.І.

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми Фізкультурно-спортивна реабілітація

Гарант освітньої програми  доц. Коваль В.В.

Схвалено навчально-методичною комісією факультету здоров'я фізичної культури і спорту

Протокол від «27» 08 2024 р. № 1.

Голова навчально-методичної комісії  доц. Коваль В.В.

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів –5	Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка	Обов'язковий освітній компонент	
	Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт.	Рік підготовки:	
		2-й	2-й
	Освітня програма: «Фізкультурно-спортивна реабілітація»	3 семестр	3 семестр
Лекції			
Загальна кількість годин – 150	Рівень вищої освіти: бакалавр	30 год.	16 год.
		Практичні, семінарські	
		30 год.	8 год.
		Самостійна робота	
		90 год.	126 год
Вид контролю: екзамен			

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є формування у здобувачів вищої освіти у сфері фізичної культури і спорту, розуміння глибоких теоретичних знань і умінь з основ фізичного виховання, необхідних для успішної практичної діяльності з різними віковими і соціальними верствами населення, раціональної організації їх вільного часу, впровадження здорового способу життя тощо.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є забезпечення теоретичної і практичної підготовки здобувачів вищої освіти до професійної діяльності, а також сприяння формуванню творчого світогляду, вихованню педагогічного мислення та набуттю системи теоретичних та практичних спеціальних знань.

Після опанування основних положень дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» студенти повинні **знати**: базові поняття фізичного виховання; завдання та основи соціальної практики національної системи фізичного виховання; закономірності і особливості прояву методичних принципів навчання та шляхи їх реалізації в процесі фізичного виховання; засоби і методи фізичного виховання, особливості основних організаційних форми фізичного виховання, основи фізичного виховання різних груп населення та різних напрямків фізичного виховання тощо.

уміти творчо використовувати отримані знання з теоретико - методичних основ фізичного виховання у загальноосвітній школі та інтегрувати знання, отримані в суміжних курсах і окремих методиках при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань, сприяти активізації пізнавальної діяльності здобувачів вищої освіти, формувати вміння самостійно поповнювати знання, здійснювати науково-дослідну роботу, орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки.

Метою вивчення навчальної дисципліни передбачає формування у здобувачів вищої освіти відповідно до освітньої професійної програми таких **компетентностей**:

ЗК 3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.

ЗК 11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

ФК 6. Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.

ФК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у здобувачів вищої освіти програмних результатів навчання:

ПРН 1. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.

ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

ПРН 9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.

ПРН 17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

ПРН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

2. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання. (3 семестр)

Тема 1. Предмет та зміст теоретико-методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.

ТМФВ - це профілююча наукова та навчальна дисципліна формуюча систему фундаментальних знань, які визначають професійну діяльність у сфері фізичного виховання. Література: основна 7, 17, 19, 30, 50, додаткова 88,97, 102

Тема 2. Система фізичного виховання в Україні.

Система фізичного виховання - це історично визначений тип соціальної практики фізичного виховання, це сукупність ідеологічних, науково-методичних та програмно-нормативних основ фізичного виховання, а також організацій та установ, які здійснюють і контролюють фізичне виховання громадян, а також залежать від умов конкретної суспільної формації.

Література: основна 7, 17, 19, 30, 52, додаткова 88, 89, 100

Тема 3. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання

Визначення поняття "Принципи навчання". Практичне значення методичних принципів

Знання принципів та їх практична реалізація роблять процес фізичного виховання особистості більш ефективним. У літературі з педагогіки та фізичного виховання принципи називають по різному. Однак, аналіз цих принципів показує, що під різними назвами розуміють одну і ту ж сутність.

Література: основна 9, 17, 19, 31, 50 додаткова 88, 94

Тема 4. Засоби та методи фізичного виховання

Успішне розв'язання завдань фізичного виховання залежить від правильного поєднання, використання таких засобів, як фізичні вправи, що застосовуються у гімнастиці, спорті, іграх та туризмі; природні фактори (повітря, сонце, вода); гігієнічні умови праці і побуту.

Базові поняття: «метод», «методика», «методичний прийом». Класифікація методів фізичного виховання. Методи організації діяльності й способи виконання фізичних вправ на заняттях. Методи суворо регламентованої вправи. Ігровий і змагальний методи. Комбіновані методи вправи. Методи фізичного виховання.

Література: основна 11, 19, 39, 41, 57 додаткова 80,88, 94

Тема 5. Структура процесу навчання рухових дій.

Загалом навчання – це процес формування готовності до певної діяльності на ґрунті набутого індивідуального досвіду. За способом набуття нового досвіду розрізняють: навчання шляхом наслідування; навчання шляхом проб і помилок; навчання, організоване іншою особою; програмоване навчання; навчання з використанням навчальних машин.

Література: основна 3, 14, 17, 31,37, 38,52 додаткова 72, 75, 76, 78, 82

Тема 6. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ. Планування у фізичному вихованні. Прогнозування у фізичному вихованні. Контроль у фізичному вихованні. Характеристика позакласних та позашкільних форм занять. Заняття фізичного виховання у межах розширення активного відпочинку. Завдання. Підтримання здоров'я, працездатності, оптимальної життєдіяльності. Інколи. Досягнення тренувального.

Завдання - підтримання нормального фізичного стану, працездатності, гарного настрою. "Рухова перерва", "Дні здоров'я", туристичні походи.
Література: основна 5, 7, 18, 19, 32 додаткова 87

Тема 7. Сучасна програма з ФК в умовах НУШ.

Модельна навчальна програма «Фізична культура» – це комплексна програма для адаптаційного циклу та базового предметного навчання, яка забезпечує наступність між початковою, базовою та профільною середньою освітами. Програма визначає мету, завдання та зміст навчального предмета «Фізична культура», орієнтовну послідовність досягнення очікуваних результатів навчання, види їхньої навчальної діяльності з освітньої галузі «Фізична культура». Вона розроблена на основі Державного стандарту базової середньої освіти. Програма реалізує визначені в стандарті ціннісні орієнтири, ключові компетентності та наскрізні уміння учнів/учениць, й закладає основу для подальшого впровадження освітньої галузі фізичної культури Державного стандарту базової середньої освіти.
Література: основна 26, 22, 27, 58, 60, 64 додаткова 75, 82,

Тема 8. Характеристика навантажень у фізичному вихованні .

Загальна характеристика фізичного навантаження. Класифікація фізичних навантажень. Внутрішні та зовнішні сторони фізичних навантажень. Основи теорії адаптації та закономірності її застосування у фізичному вихованні.
Література: основна 12, 15, 19, 40 додаткова 76, 78

Змістовий модуль 2. Методика виховання фізичних якостей та рухових дій.

Тема 9. Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.

Руховими, або фізичними, якостями традиційно називають окремі грані рухових можливостей людини, які забезпечують виконання фізичної вправи з необхідною силою, швидкістю, витривалістю, спритністю й гнучкістю.
Література: основна 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64 додаткова 88, 90

Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.

Швидкісними здібностями називають можливості людини, що забезпечують її виконання рухових дій упродовж мінімального для певних умов проміжку часу. Розрізняють елементарні та комплексні форми вияву швидкісних здібностей. До елементарних форм належать швидкість реакції, швидкість одинарного руху, частота (темп) руху.

Література: основна 11, 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64 додаткова 88, 90

Тема 11. Основи методики розвитку вдосконалення сили.

Сила характеризується взаємодією двох тіл (спортсмена та приладу) та безперервною змінністю в часі. З огляду на це для оцінювання сили, потрібної для виконання різних рухів, необхідно оцінювати або максимальну силу руху, або силу за певний проміжок часу. М'язову силу можна реєструвати і без приладів, і за допомогою спеціальної апаратури.
Література: основна 11, 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64 додаткова 88, 90

Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.

Витривалість – це здатність виконувати роботу заданої інтенсивності впродовж тривалого відрізка часу. Оскільки тривалість роботи обмежує стомлення, що настає в будь-якому разі, то витривалість можна схарактеризувати як здатність організму протистояти стомленню.

Література: основна 11, 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64, додаткова 88, 90

Тема 13. Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості людини.

Спеціальні вправи для розвитку гнучкості вводять й у підготовчу частину заняття, й у ранкову зарядку з огляду на те, що саме таке двократне тренування є найбільш результативним. Оптимальний вік для розвитку гнучкості – дитячий і юнацький: гнучкість, набуту в цей час, нескладно підтримувати впродовж усього періоду занять спортом.

Література: основна 11, 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64, додаткова 88, 90

Тема 14. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.

Для характеристики координаційних можливостей людини при виконанні якої-небудь рухової діяльності у вітчизняній теорії й методиці фізичної культури довгий час застосовувався термін «спритність». Починаючи із середини 70-х рр. для їхнього позначення всі частіше використовують термін «координаційні здатності», Ці поняття близькі за змістом, але не тотожні по змісту,

Література: основна 11, 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64, додаткова 85, 88, 90

Тема 15. Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям.

Заняття фізичними вправами для підвищення функціональних можливостей організму й поліпшення фізичної підготовленості учнів, зарахованих до спеціальної медичної групи, на фоні дотримання гігієнічних норм щодо сталого ритму життя та раціонального харчування є важливою умовою їхнього загального оздоровлення та передумовою переведення їх до підготовчої медичної групи.

Література: основна 2, 10, 21, 23, 41, 42, 62, додаткова 78, 80, 91

3. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	ср		л	п	лаб	інд	ср
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання. Зсеместр												
Тема 1. Предмет та зміст теоретико-методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.	10	2	2			6	10	2				8
Тема 2. Система фізичного виховання в Україні.	10	2	2			6	10		2			8
Тема 3. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання.	10	2	2			6	10	2				8
Тема 4. Засоби та методи фізичного виховання	10	2	2			6	10		2			8
Тема 5. Структура процесу навчання рухових дій.	10	2	2			6	10	2				8
Тема 6. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ.	10	2	2			6	10					10
Тема 7. Сучасна програма з ФК в умовах НУШ.	10	2	2			6	10	2				8
Тема 8. Характеристика навантажень у фізичному вихованні.	10	2	2			6	10					10
Змістовий модуль 2. Методика виховання фізичних якостей та рухових дій.												
Тема 9. Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.	10	2	2			6	10	2				8
Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.	10	2	2			6	10					10
Тема 11. Основи методики розвитку вдосконалення сили.	10	2	2			6	10	2	2			6
Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.	10	2	2			6	10					10
Тема 13. Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості	10	2	2			6	10	2				8

людини.												
Тема 14. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.	10	2	2			6	10		2			8
Тема 15. Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям.	10	2	2			6	10	2				8
Усього годин	150	30	30			90	150	16	8			126

5. Теми практичних занять

№ п/п	Назва теми	Кіль-ть годин
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання. 3 семестр		
1.	Предмет та зміст теоретико-методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.	2/-
2.	Система фізичного виховання в Україні.	2/-2
3.	Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання.	2/-
4.	Засоби та методи фізичного виховання	2/-2
5.	Структура процесу навчання рухових дій.	2/-
6.	Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ.	2/-
7.	Сучасна програма з ФК в умовах НУШ.	2/-
8.	Характеристика навантажень у фізичному вихованні.	2/-
Змістовий модуль 2. Методика виховання фізичних якостей та рухових дій.		
9.	Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.	2/-
10.	Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.	2/-
11.	Основи методики розвитку вдосконалення сили.	2/2
12.	Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.	2/-
13.	Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості людини.	2/-
14.	Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.	2/2
15.	Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям.	2/-
16.	Всього	30/8

6. Самостійна робота

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання. 3 семестр		
1.	Предмет та зміст теоретико-методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.	6/8
2.	Система фізичного виховання в Україні.	6/8
3.	Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання.	6/8
4.	Засоби та методи фізичного виховання	6/8
5.	Структура процесу навчання рухових дій.	6/8
6.	Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ.	6/10
7.	Сучасна програма з ФК в умовах НУШ.	6/8
8.	Характеристика навантажень у фізичному вихованні.	6/10
Змістовий модуль 2. Методика виховання фізичних якостей та рухових дій.		
9	Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.	6/8
10	Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.	6/10
11	Основи методики розвитку вдосконалення сили.	6/6
12	Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.	6/10
13	Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості людини.	6/8
14	Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.	6/8
15	Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям.	6/8
Разом		90/126

7.Завдання для опрацювання тем дисципліни

Назва теми	Зміст завдання	Форми контролю	Література	Кількість балів
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання. 3 семестр				
Тема1. Предмет та зміст теоретико-методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 7, 17, 19, 30, 50, додаткова 88,97, 102	4
Тема2. Система фізичного виховання в Україні.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів щодо нормативно-	Література: основна 7, 17, 19, 30, 52, додаткова 88, 89, 100	4

		законодавчої бази		
Тема 3. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 9, 17, 19, 31, 50 додаткова 88, 94	4
Тема 4. Засоби та методи фізичного виховання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 11, 19, 39, 41, 57 додаткова 80,88, 94	4
Тема 5. Структура процесу навчання рухових дій.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 3, 14, 17, 31,37, 38,52 додаткова 72, 75, 76, 78, 82	4
Тема 6. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 5, 7, 18, 19, 32 додаткова 87	4
Тема 7. Сучасна програма з ФК в умовах НУШ.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 26, 22, 27, 58, 60,64 додаткова 75, 82,	4
Тема 8. Характеристика навантажень у фізичному вихованні.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 12, 15, 19, 40 додаткова 76, 78	4
Змістовий модуль 2. Методика виховання фізичних якостей та рухових дій.				
Тема 9. Теоретико-практичні основи розвитку фізичних	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу,	Література: основна 17, 19, 28, 42, 43,	4

якостей.		підготовка до практичного заняття	52, 64 додаткова 88, 90	
Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 11,17, 19, 28, 42, 43, 52, 64 додаткова 88, 90	4
Тема 11. Основи методики розвитку та вдосконалення сили.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 11,17, 19, 28, 42, 43, 52, 64 додаткова 88, 90	4
Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 11, 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64 додаткова 88, 90	4
Тема 13. Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості людини.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 11, 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64 додаткова 88, 90	4
Тема 14. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 11, 17, 19, 28, 42, 43, 52, 64 додаткова 85, 88, 90	4
Тема 15. Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 2, 10,21, 23, 41, 42, 62 додаткова 78, 80, 91	4

8. Методи навчання

У процесі вивчення дисципліни застосовуються такі методи:

- словесні методи навчання, бесіда з елементами дискусії ситуативний підхід, бесіда за «круглим столом», «питання –відповідь»;
- проблемно-пошуковий та евристичний (диспут) методи навчання;
- дослідницький метод під час виконання самостійної роботи;
- практичні методи навчання;
- наочні методи навчання: пояснювально-ілюстративний метод із використанням презентацій під час викладу лекційного матеріалу.

9. Методи контролю

При вивченні студентами курсу «Теорія і методика фізичного виховання» застосовуються такі методи контролю:

- поточне (усне) опитування, дискусійне обговорення проблем на практичних заняттях;
- поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять, і має на меті перевірку рівня підготовленості студента до виконання конкретної роботи. Поточний контроль реалізується у формі опитування, виступів, експрес-контролю тощо, перевірки результатів виконання різноманітних індивідуальних завдань тощо;
- контроль самостійної роботи, представлення презентацій;
- індивідуальне та фронтальне опитування;
- поточне тестування;
- аналіз та оцінювання результатів навчання;
- тестовий підсумковий контроль.

10. Питання гарантованого рівня знань здобувачів вищої освіти 3 семестр

1. Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна
2. Характеристика основних понять теорії фізичного виховання: "фізична культура", "фізичне виховання", "спорт".
3. Функції фізичної культури та спорту в суспільстві.
4. Фізичне виховання як соціальне явище. Система фізичного виховання
5. Мета та завдання фізичного виховання на сучасному етапі.
6. Характеристика організаційних основ національної системи фізичного виховання.
7. Нормативно-законодавчі та програмові основи системи фізичного виховання. Роль Закону "Про фізичну культуру і спорт" та Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту країни.
8. Характеристика загальних принципів фізичного виховання.
9. Характеристика методичних принципів фізичного виховання свідомості та активності.
10. Характеристика методичних принципів фізичного виховання доступності та індивідуалізації.
11. Характеристика методичних принципів фізичного виховання систематичності та послідовності.
12. Характеристика фізичних вправ як основного засобу фізичного виховання. Класифікація фізичних вправ.
13. Поняття про техніку фізичних вправ, її компоненти. Характеристики рухів
14. Природні та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
15. Характеристика методів навчання у фізичному вихованні: практичного, слова, наочності.
16. Характеристика методів розвитку рухових якостей.
17. Основні методи досліджень в теорії і методиці фізичного виховання
18. Методика формування теоретичних знань з фізичного виховання.
19. Характеристика рухових умінь і навичок. Закономірності їх формування
20. Педагогічне та біологічне обґрунтування структури навчання руховим діям. Передумови успішного засвоєння рухових дій.
21. Характеристика етапів ознайомлення і початкового розучування рухової дії.
22. Характеристика етапу поглибленого розучування рухової дії.
23. Характеристика етапу закріплення і удосконалення рухової дії.
24. Причини виникнення помилок у процесі навчання руховим діям. Способи їх попередження та виправлення.
25. Поняття про рухові якості. Перенесення розвитку рухових якостей.

26. Загальна характеристика фізичного навантаження та відпочинку як факторів тренувальних дій.
27. Поняття про адаптацію. Види та стадії формування адаптаційних реакцій організму людини на фізичні навантаження.
28. Характеристика сили як рухової якості. Засоби і методи розвитку сили
29. Методика розвитку швидкісної та вибухової сили.
30. Швидкість як рухова якість. Засоби й методи розвитку швидкості.
31. Витривалість як рухова якість. Засоби та методи розвитку витривалості.
32. Спритність як рухова якість. Засоби та методи розвитку спритності.
33. Гнучкість як рухова якість. Методика розвитку гнучкості.
34. Загальна характеристика форм організації занять з фізичного виховання. Значення різноманітності форм занять у фізичному вихованні
35. Педагогічне та біологічне обґрунтування структури уроку фізичної культури.
36. Методика визначення та прийоми регулювання фізичного навантаження на уроках фізичної культури.
37. Організаційні аспекти проведення занять з фізичної культури.
38. Попередження травматизму
39. Правила самоконтролю та безпеки під час виконання фізичних вправ.
40. Активізація рухової діяльності учнів у процесі фізичного виховання.
41. Види й форми планування. Основні документи планування.
42. Контроль та облік роботи з фізичного виховання у школі. Основні документи обліку.
43. Медичний контроль та критерії диференціації учнів по рівню здоров'я в процесі фізичного виховання.
44. Методика оцінки знань, умінь і навичок з фізичної культури.
45. Домашнє завдання з фізичної культури. Контроль за його виконанням.
46. Завдання та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів.
47. Завдання і напрямки позакласної роботи з фізичного виховання школярів. Спортивна спілка школи як організаційна основа позакласної роботи.
48. Організація і проведення некласифікаційних змагань школярів.
49. Організація і проведення Днів здоров'я для учнівської молоді.
50. Організація і проведення фізкультурних свят та спортивних вечорів для учнівської молоді.
51. Характеристика основних документів планування позакласної роботи з фізичного виховання
52. Особливості організації та змісту роботи в ДЮСШ.
53. Фізичне виховання за місцем проживання. Роль центрів фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх".
54. Організаційно-методичні основи фізичного виховання дітей в літніх оздоровчих таборах.
55. Організаційно-методичні основи фізичного виховання дітей в умовах сім'ї.
56. Просвітницька діяльність у системі фізичного виховання.
57. Особливості змісту і методики проведення заняття з учнями спеціальної медичної групи.
58. Особливості організації та змісту фізичного виховання з професійною спрямованістю.
59. Організаційно-методичні основи фізичного виховання учнів професійно-технічних навчальних закладів.
60. Організаційно-методичні основи фізичного виховання дорослого населення.
61. Педагогічні, психологічні, медико-біологічні засоби підвищення працездатності.
62. Мета, завдання, принципи.
63. Характеристика видів спортивної підготовки: фізичної, технічної, тактичної, психологічної, теоретичної.

11. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота							
Змістовий модуль №1							
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8
4	4	4	4	4	4	4	4

Поточне тестування та самостійна робота							Підсумкова	Сума
Змістовий модуль №2								
T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	40	100
4	4	4	4	4	4	4		

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Критерії оцінювання	Оцінка за національною шкалою	
			для екзамену, курсової роботи, практики	для заліку
90-100	A	Студент виявляє особливі творчі здібності, глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; вміє аналізувати явища, які вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку; застосовувати теоретичні положення при розв'язанні практичних задач; володіє вмінням надавати чітку аргументовану відповідь на поставленні питання	відмінно	зараховано
82-89	B	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи, надає лаконічну відповідь майже на всі поставленні питання; самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	добре	
74-81	C	Студент вміє оперувати необхідним колом понять та категорій; узагальнювати та систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві	задовільно	
64-73	D	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, слабка їх застосування при розв'язанні практичних завдань; аналізує навчальний матеріал за допомогою викладача, надає мало аргументовані відповіді, виправляє не всі		

		помилки, значна кількість яких є суттєвими		
60-63	E	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні вищому за початковий, проте має фрагментарне уявлення про деякі поняття та категорії курсу; надає неповне висвітлення змісту питань; має недостатнє вміння зробити аргументовані висновки; відповіді містять значну кількість недоліків і помилок		
35-59	FX	Студент не опанував значну частину матеріалу курсу; не володіє понятійним апаратом; не опрацював базову та допоміжну літературу. Мова не виразна, обмежена, бідна, словниковий запас не дає змогу оформити ідею. Практичні навички на рівні розпізнавання	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано
0-34	F	Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно; допускає суттєві помилки у відповідях на питання, не вміє застосовувати теоретичні положення при розв'язанні практичних завдань	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

12. Методичне забезпечення

1. Опорний конспект лекцій.
2. Навчально-методичні посібники у локальній мережі університету.
3. Матеріали для самостійного опрацювання.
4. Мультимедійні матеріали.
5. Тестові завдання.

13. Рекомендована література Базова

1. Андрощук Н. В. Основи здоров'я і фізична культура: (теоретичні відомості) : навч. посібник / Н. Андрощук, М. Андрощук. -Тернопіль : Підручники і посібники, 2006. – 160 с.
2. Ахметов Р. Ф. Біомеханіка фізичних вправ : навч. посібник для студентів факультетів фіз. виховання пед. вищ. навч. закладів / Р. Ф. Ахметов ; МОН України. Житомир. держ. пед. ун-т ім. І. Франка. – Житомир, 2004. – 124 с.
3. Бенедь В. П. Рухова активність людини : навч.-метод. посібник / В. П. Бенедь. – Луцьк : ПП Іванюк В.П., 2015. – 44 с.
4. Бичук О. І. Фізкультурно-оздоровча робота у школі: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Бичук ; М-во освіти України. – Луцьк : Надстир'я, 1997. – 144 с.
5. Бузюк О. І. Практикум з фізичної культури : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Бузюк, В. І. Завацький, Л. А. Завацька ; МОН України. – Луцьк : Надстир'я, 1997. – 216 с.
6. Витоки здоров'я дитини: навч.-метод. посібник / авт.: Н. Ф. Денисенко, Л. В. Лиходід, С. В. Лупінович, А. Ф. Михайліченко. – Тернопіль : Мандрівець, 2010. – 160 с. - (Фізичний розвиток).
7. Глазирін І. Д. Фізичне виховання : теоретичний курс : навч. посібник / І. Д. Глазирін, Я. І. Олексієнко, Ю. В. Петришин ; МОН України. Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси, 2017. – 248 с.
8. Дехтяренко Т. В. Медико-педагогічний контроль у фізичному вихованні та спорті : підручник

- для студ. закладів вищ. освіти / Т. В. Дехтяренко, Є. В. Долгієр. – Одеса : Атлант, 2018. – 283 с.
9. Дубинська О. Я. Курс лекцій з теорії фізичної культури, фізичне виховання різних груп населення: навч.-метод. посібник для студ. спец. 8.01020101 – Фізичне виховання / О. Я. Дубинська ; МОН України. Сумський держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. – Суми, 2014. – 248 с.
 10. Завацький В. І. Основи анатомії і фізіології людини : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / В. І. Завацький, Н. М. Форняк ; М-во освіти і науки України. – Рівне : Тетіс, 2006. – 500 с.
 11. Засоби і методи розвитку рухових якостей людини : навч. посібник для студентів / уклад. : І. І. Вржеснєвський, Н. І. Турчина, Е. Г. Черняєв ; МОН України. Нац. авіац. ун-т. – К., 2008. – 58 с.
 12. Здоров'язбережувальні технології навчання учнів у школі сприяння здоров'ю : навч. – метод. посібник / за ред. : Р. З. Поташнюк, А. О. Мишковця ; МОН, молоді та спорту України; МEGУ ім. акад. С. Дем'янчука; Луцька гімназія №4 ім. М. Левицького. – Рівне – Луцьк : Надстир'я, 2012. – 286 с.
 13. Здорова школа : аспекти моніторингу : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / авт. кол. : О. Шиян, Ю. Павлова, Л. Кудрик, Н. Сороколіт. – Львів : Кольорове небо, 2010. – 122 с.
 14. Качан О. А. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти : у 2 ч. Ч. 1 : навч.-метод. посібник / О. А. Качан ; МОН України. Департамент освіти і науки Донецьк. ОДА. Донецьк. обл. ІППО. – Слов'янськ, 2017. – 140 с.
 15. Коляденко Г. І. Анатомія людини : підручник для студ. природнич. спец. вищ. навч. закладів / Г. І. Коляденко. – 7-е вид. – К. : Либідь, 2018. – 384 с.
 16. Кравчук Ю. П. Рухливі ігри : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Ю. П. Кравчук ; МОН України. ПВНЗ «МEGУ» ім акад. С. Дем'янчука. – Рівне : Тетіс, 2009. – 90 с.
 17. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олімпійська література, 2010. – 248 с.
 18. Круцевич Т. Б. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. – К. : Олімпійська література, 2011. – 224 с.
 19. Куц О. С. Інтенсифікація формування знань з теорії і методики фізичного виховання учнівської молоді : навч. посібник для фахівців фіз. виховання вищ. навч. закладів / О. С. Куц, В. І. Романова ; МОН України. ПВНЗ «МEGУ ім. акад. С. Дем'янчука». – Рівне : О. Зень, 2017. – 382 с.
 20. Маруненко І. М. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни : Курс лекцій для студ. небіолог. спец. вищ. пед. навч. закладів / І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська, В. І. Бобрицька ; МОН України. Київськ. міськ. пед. ун-т ім. Б. Д. Грінченка. – 2-е вид. – К. : ВД «Професіонал», 2006. – 479 с.
 21. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах : навч.-метод. посібник / уклад. : О. Д. Гауряк, Л. Г. Доцюк ; МОН України. Чернів. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича. – Чернівці, 2021. – 156 с.
 22. Методичний путівник учителя нової української школи : фізична культура / авт. кол.: О. А. Качан, Д. С. кудрявець, М. О. Вольвак ; Донецьк. обл. ІППО. – Краматорськ, 2021. – 63 с.
 23. Михайлова Н. Є. Лікувальна фізична культура і лікарський контроль: навч. посібник / Н. Є. Михайлова. – Рівне, 2011. – 232 с.
 24. Морозинський В. Й. Методика викладання гімнастики і оздоровчої роботи : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / В. Й. Морозинський ; РЕГІ. – Рівне, 2006. – 315 с.
 25. Нісімчук А. С. Сучасні педагогічні технології : навч. посібник для студ. пед. вузів / А. С. Нісімчук, О. С. Падалка, О. Т. Шпак. – К. : ВЦ «Просвіта» ; ПВА «Книга Пам'яті України», 2000. – 366 с.
 26. «Нова українська школа» : методика навчання фізичної культури у 1-4 класах закладів загальної середньої освіти : навч.-метод. посібник для пед. працівників / авт. кол. : А. А. Боляк, Г. А. Коломоець, А. А. Ребрина, Н. М. Боляк. – К. : ВД «Освіта», 2021. – 160 с.
 27. Нова українська школа: порадник для вчителя : навч.-метод. посібник / авт. : Н. З. Софій, О. В. Онопрієнко, Ю. М. Найда та ін. ; за заг. ред. Н. М. Бібік. – К. : Літера ЛТД, 2018. – 160 с.
 28. Онопрієнко О. В. Теорія і методика розвитку рухових якостей школярів : навч.-метод. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. В. Онопрієнко ; МОН України. Ін-т пед. і психолог.

- проф. освіти АПН України. Черкаський нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Чернівці, 2008. – 92 с.
29. Основи біомеханіки руху : навч. посібник / уклад. А. В. Гакман ; МОН України. Чернівецький нац. ун-т ім. Ю. Федьковича. – Чернівці, 2019. – 131 с.
30. Пангелова Н. Є. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури : навч. посібник / Н. Є. Пангелова, Т. Ю. Круцевич, В. М. Данилко ; Переяслав-Хмельницький пед. ун-т ім. Г. Сковороди. – Переяслав-Хмельницький, 2017. – 503 с.
31. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання: навч. посібник / С. І. Присяжнюк; МОН України. Нац. аграр. ун-т. - К: ЦУЛ, 2008. – 504 с.
32. Прокопова Л. І. Курс лекцій з теорії і методики фізичного виховання : навч. посібник для спец. 6.010100 Олімпійська культура і проф. спорт / Л. І. Прокопова, М. Б. Чхайло. – Суми : Вінниченко М. Д., 2009. – 306 с.
33. Ріст і розвиток людини : підручник для студ. вищ. мед. навч. закладів / В. С. Тарасюк, Н. В. Титаренко, І. Ю. Андрієвський та ін. ; за ред. : В. С. Тарасюка, І. Ю. Андрієвського. - К.: Медицина, 2008. – 400 с.
34. Розвиток витривалості і сили : метод. посібник / уклад. : В. Д. Гогазь, О. О. Остапова, А. В. Остапов ; Полтав. нац. пед. ун-т ім. В. Короленка, Каф. фіз. культури та здоров'я. – Полтава, 2010. – 36 с.
35. **Романова В. І.** Загальна характеристика видів легкої атлетики (теорія і методика навчання, правила змагань) : навч. - метод. посібник для студ. ф-тів фіз. виховання / В. І. Романова ; ПВНЗ «МЕГУ ім. акад. С. Дем'янчука». - Рівне, 2011. – 92 с.
36. **Романова В. І.** Методика підвищення фізичної підготовленості студенток вищих навчальних закладів на основі різних режимів рухової активності / В. І. Романова, В. А. Леонова; ПВНЗ «МЕГУ ім. акад. С. Дем'янчука». – Рівне, 2010. – 176 с.
37. Рухливі, веселі, винахідливі : Дитячі ігри та розваги : підручник для студ. вищ. навч. закладів / упоряд. Г.М. Аксельруд. - К.: БОГДАНА, 1995. – 136 с.
38. Рухливі ігри в початковій школі : посібник для студ. вищ. навч. закладів / авт. : О. М. Ващенко, Н. В. Кудикіна, Т. І. Люріна, Л. В. Романенко. -К.: Навч. книга, 2002. – 80 с. – (Здоров'ятко).
39. Сергієнко Л. П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту / Л. П. Сергієнко. – Харків : ОВС, 2007. – 271 с.
40. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Л. П. Сергієнко. - К. : Олімпійська література, 2001. – 438 с.
41. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. Т. 1 : Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. вих. і спорту / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2012. – 198 с.
42. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. Т. 2 : Методика фізичного виховання різних груп населення : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. вих. і спорту / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2012. – 186 с.
43. Тулайдан В. Г. Практикум з теорії і методики фізичного виховання : навч.-метод. посібник В. Г. Тулайдан, Ю. Т. Тулайдан ; МОН України. Ужгород. нац. ун-т, Загальноуніверситет. кафедра фізичного виховання. – Львів : Фест-Прінт, 2017. – 180 с.
44. Федорович О. В. Аспекти фізичного та родинного виховання в системі національної освіти : посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. В. Федорович, М. П. Колосинська ; МОН України. ПВНЗ «МЕГУ ім. акад. С. Дем'янчука». -Рівне : Тетіс, 2011. – 64 с.
45. Фізичне виховання. Теоретичний розділ: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / С. І. Присяжнюк, В. П. Краснов, М. О. Третьяков та ін.; МОН України. Нац. аграр. ун-т. - К.: ЦУЛ, 2007. – 192 с.
46. Фізичний розвиток майбутнього першокласника : навч.-метод. посібник для студ. вищ. навч. закладів / упоряд.: Н. В. Андриченко, І. М. Сорокопуд, А. М. Щербак. - Х.: Ранок, 2012. – 256 с. – (Впевнений старт).
47. Формування здорового способу життя молоді: навч.-метод. посібник для працівників соц. служб для сім'ї, дітей та молоді / авт.: Т. В. Бондар, О. Г. Карпенко, Д. М. Дикова-Фаворська та ін. ; Укр. ін-т соц. досліджень; за ред.: О. О. Яременка, О. Г. Карпенко. - К.: ЕОВ «Агентство

- «Україна», 2005. – 116 с. – (Формування здорового способу життя молоді. Книга 13).
48. Фролова Л. С. Організація та методика підготовчої частини уроку з спортивних ігор : навч.-метод. посібник / Л. С. Фролова ; Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси, 2015. – 121 с.
49. Христова Т. Є. Тестування рухових здібностей школярів : Курс лекцій для студ. вищ. навч. закладів спец. «Фізична культура» / Т. Є. Христова ; Мелітополь. держ. пед. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Мелітополь, 2017. – 49 с.
50. Худолій О. М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : у 2 т. Т. 1: Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / О. М. Худолій; за ред. Т. Ю. Круцевич. – Харків: Освіта. Виховання. Спорт, 2007. – 406 с.
51. Цьось А. В. Сучасні технології викладання спортивних дисциплін : навч. посібник / А. В. Цьось, Г. В. Балахнічова, Л. В. Заремба ; ВНУ ім. Л. Українки. – Луцьк, 2010. – 132 с.
52. Черненко С. О. Теорія і методика фізичного виховання: навч. посібник: у 2 ч. Ч. 1. / С. О. Черненко; МОН України. Донбаська держ. машинобудівна академія. – Краматорськ: ДДМА, 2021. – 216 с.
53. Чижик В. В. Спортивна фізіологія: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / В. В. Чижик. – Луцьк : ПВД «Твердиня», 2011. – 256 с.
54. Шиян О. І. Здорова школа: аспекти духовного здоров'я: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Шиян, Л. Г. Кудрик. – Львів: Кольорове небо, 2011. – 92 с.
55. Шиян О. І. Здорова школа: рухова активність: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Шиян, Н. С. Сороколит, І. Х. Турчик.-Львів : Кольорове небо, 2013. - 84 с.
56. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підручник для студ. вищ. навч. закладів фізич. виховання і спорту: у 2 ч. Ч. 1 / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2012. – 272 с.
57. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підручник для студ. вищ. навч. закладів фізич. виховання і спорту: у 2 ч. Ч. 2 / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2010. – 248 с.
58. Школа сприяння здоров'ю: Організація фізичного виховання учнів : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів /за ред.: Р. З. Поташнюк, О. А. Мишковця, Ю. Й. Волинця. – Луцьк: Надстир'я, 2012. – 292 с.

НАВЧАЛЬНІ ПРОГРАМИ

59. Фізична культура. Програма для спеціальних медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів I ступеня. 1 – 4 класи / уклад. В. І. Майер ; МОН України. – К., 2005. – 37 с.
60. Модульна навчальна програма «Фізична культура. 5 – 6 класи» для закладів загальної середньої освіти (оновлена за програмою Нової Української Школи) / авт. : О. С. Педан, Г. А. Коломоець, А. А. Боляк та ін. – К., 2022. – 291 с.
61. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5 – 9 класи / робоча група : Т. Ю. Круцевич, Л. А. Галенко, В. В. Деревянко та ін. ; МОН України. – К., 2017. – 415 с.
62. Фізична культура. Програма для спеціальної медичної групи. 5 – 9 класи / підгот. : В. І. Майер, В. В. Деревянко. – К., 2008. – 65 с.
63. Фізична культура. 6 - 9 класи : Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти (відповідно до наказу № 698 МОН України від 03.08.2022 р.) / робоча група : Т. Ю. Круцевич, Л. А. Галенко, В. В. Деревянко та ін. – К., 2022. – 425 с.
64. Фізична культура. 10 – 11 класи. Рівень стандарту : Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти (відповідно до наказу № 521 МОН України від 03.08.2022 р.) / робоча група : А. Боляк, Р. Гладковський, М. Глоба та ін. – К., 2022. – 221 с.
65. Навчальна програма «Фізична культура» для спеціальної медичної групи загальноосвітніх навчальних закладів. 10 – 11 класи / авт. – уклад. : В. В. Деревянко, В. І. Майер, Л. М. Пустолякова ; МОН України, молоді та спорту України. – К., 2012. – 22 с.
66. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту до 2028 року / Міністерство молоді та спорту

України. – К., 2020. – 26 с.

ДОВІДКОВА ЛІТЕРАТУРА

67. Довідник з біології / авт. кол.: Т. Л. Богданова, О. В. Брайон, О. В. Данилова та ін.; за ред. К. М. Ситника. - 2-е вид., випр. і доп. - К.: Наук. думка, 2003. – 794 с.
68. Людина : навч. посібник з анатомії та фізіології / наук. пер. з англ. : І. Гаврилук, О. Гаврилук, У. Галюк та ін. - 3-тє вид., оновлене. – Львів : БаК, 2003. – 240 с.
69. Наумчук В. І. Словник-довідник основних термінів і понять з теорії і методики фізичного виховання і спорту / В. І. Наумчук. – Тернопіль : Астон, 2013. – 96 с.
70. Романова В. І. Словник-довідник термінів з теорії та методики фізичного виховання / В. І. Романова; ПВНЗ «МЕГУ ім. акад. С. Дем'янчука». - Рівне, 2012. – 32 с.
71. Согоконь О. А. Словник основних термінів з фізичної культури: навч посібник / О. А. Согоконь ; МОН України. Полтав. нац. пед. ун-т ім. В. Г. Короленка, Факультет фіз. виховання. – Полтава, 2020. – 112 с.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

72. Аксьонова О. Освітня галузь «Фізична культура» : [основні чотири етапи модифікації методики уроку]. – 10 с.
73. Артющенко А. О. Роль свідомості у формуванні в учнів загальноосвітньої школи рухових навичок як складової особистісної мобільності / А. О. Артющенко // Проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. - № 1. – С. 3 – 6.
74. Бабій Я. А. Вимоги до сучасного уроку фізичної культури в початковій школі згідно нової програми за державним стандартом / Я. А. Бабій // Young Scientist. – 2017. - № 3.1 (43.1). – С. 29-32.
75. Безкопильний О. О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі : теорія та методика : монографія / О. О. Безкопильний ; МОН України. Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси, 2022. – 552 с.
76. Бермудес Д. В. Дозування фізичного навантаження в процесі реалізації варіативних модулів з елементами хореографії : метод. рекомендації / Д. В. Бермудес ; МОН України. Сумський держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. – Суми, 2014. – 76 с.
77. Бублей Т. А. Методика диференційованого навчання фізичних вправ учнів основної школи з відхиленнями у стані здоров'я : дисертація на здобуття наукового ступеня к. пед. наук. 13.00.02 – теорія і методика навчання (фіз. культура, основи здоров'я) / Т. А. Бублей ; МОН України. НПУ ім. М. П. Драгоманова. – К., 2018. – 201 с.
78. Грибан Г. П. Лікарський контроль та самоконтроль у гирьовому спорті : методичні рекомендації / Г. П. Грибан, П. П. Ткаченко ; МОН України. Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир, 2013. – 36 с.
79. Деделюк Н. Організація масових фізкультурно-оздоровчих спортивних заходів з використанням національних традицій фізичного виховання / Н. Деделюк ; ВНУ ім. Л. Українки. – Луцьк , 2008. – 71 с.
80. Єдинак Г. А. Технологія використання засобів фізичної культури в руховій діяльності дітей з церебральним паралічем у спеціальних навчальних закладах / Г. А. Єдинак ; МОН України. Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаніка. – Кам'янець – Подільський : ПП Мошак М.І., 2007. – 96 с.
81. Каптан Т. М. Внутрішньошкільний контроль і експертиза / Т. М. Каптан. - Х. : Основа, 2010. – 128 с.
82. Клиндук Т. І. Теоретико-методичні засади формування рухових умінь і навичок учнів / Т. І. Клиндук // Вісник Запорізького національного університету. – 2012. - № 1 (7). – С. 39 – 48.
83. Ковальова Н. Особливості проектування позакласної роботи страхокласників із фізичного виховання / Н. Ковальова // Молодіжний науковий вісник. Серія : Фізичне виховання і спорт / МОН, молоді та спорту України. ВНУ ім. Л. Українки. – Луцьк, 2010. – Вип. 7. – С. 30 – 44.
84. Козацькі забави / авт. : В. І. Завацький, А. В. Цьось, О. І. Бичук, Л. І. Пономаренко ; М-во освіти Україн. ВДУ ім. Л. Українки. Волин. обл. бібліотека для юнацтва. – Луцьк: Надстир'я, 1994. – 112 с.

85. Колумбет О. М. Розвиток координаційних здібностей молоді : монографія / О. М. Колумбет ; МОН України. Республ. вище училище фіз. культури. – К. : Освіта України, 2014. – 420 с.
86. Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів : монографія / Н. В. Москаленко. – 3-тє вид., перероб. і доп. – Дніпропетровськ : Інновація, 2014. – 375 с.
87. Організація і методика проведення фізкультурно-спортивних свят і змагань : методичні рекомендації / уклад. : Л. К. Грищенко, І. М. Журавльова ; МОН України. Департамент науки і освіти Харків. ОДА. Харків. коледж КЗ «Харків. гуманіт.-пед. академія». – Харків, 2019. – 53 с.
88. Педагогіка фізичного виховання : методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури) / уклад. Г. В. Безверхня ; Умань. держ. пед. ун-т ім. П. Тичини, Каф. теорії і методики фіз. виховання. – Умань, 2013. – 72 с.
89. Підласий І. П. Практична педагогіка або три технології: Інтерактивний підручник для педагогів ринкової системи освіти / І. П. Підласий; МОН України. - К. : Слово, 2006. – 616 с.
90. Руховий розвиток школярів різних вікових груп : монографія / авт. : М. О. Носко, Ю. М. Носко, М. Г. Лазаренко та ін. ; МОН України. Нац. акад. пед. наук України. Нац. ун-т «Чернігівський колегіум» ім. Т. Шевченка ; за наук. ред. М. О. Носка. – Чернігів : Десна Поліграф, 2020. – 408 с.
91. Савлюк С. П. Сучасні корекційно-профілактичні технології у процесі адаптивного фізичного виховання : погляд у контексті гуманістичної парадигми / С. П. Савлюк, **В. І. Романова**, І. В. Панчук // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Випуск 9 (117). – К., 2019. – С. 63-66.
92. Система роботи психофізичного розвитку дитини / авт. - упоряд. В. В. Єфремова. – Тернопіль : Мандрівець, 2009. – 160 с.
93. Сітовський А. М. Диференційований підхід у підлітків з різними темпами біологічного розвитку (на прикладі школярів 7-х класів) : автореф. дис. ... к. наук з фіз. вих. і спорту. Спец. : 24.00.02 – фіз. культура, фіз. вих. різних груп населення / А. М. Сітовський ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2001. – 22 с.
94. Структура навчального заняття та розподіл засобів фізичного виховання : методичні рекомендації для самост. роботи та самоконтролю знань студентів I – II курсу з дисципліни «Фізична культура» / уклад. : Н. О. Оришко, Н. М. Безпалова, В. П. Ткаченко ; МОН України. тернопіль. нац. економ. ун-т. – Тернопіль : Економічна думка, 2009. – 36 с.
95. Сутула В. Про сутність взаємозв'язку між фізичною культурою і фізичним вихованням / В. Сутула // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2017. - № 4. ; Закінч. – 2018. - № 1. – С. 78 – 84.
96. Фізична культура як неодмінна складова формування здорового способу життя молоді : монографія / авт. : О. О. Яременко, О. Д. Дубогай, Р. Я. Левін, Л. В. Бугацька ; Укр. ін-т соціальних досліджень; за ред. О. О. Яременка. - К. : ТОВ «Агентство «Україна», 2005. – 124 с. – (Формування здорового способу життя молоді. Книга 6).
97. Фізична культура як соціокультурний феномен і чинник розвитку особистості : ціннісний аспект / Є. О. Реут, С. І. Крючков, Н. П. Яворська, О. В. Мартинюк // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки : реалії та перспективи. – К., 2022. – Вип. 88. – С. 173 – 176.
98. Чижик Т. Г. Фізична підготовка дітей передшкільного та молодшого шкільного віку у контексті Нової Української Школи : монографія / Т. Г. Чижик, П. Потоцька ; ПЗ ВО «Міжнародний класичний університет» ім. П. Орлика». – Миколаїв : Іліон, 2020. – 291 с.
99. Шиян Б. Передумови й перспективи формування національної системи фізичного виховання школярів / Б. Шиян // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наукових праць. – 2012. - № 4 (20). – С. 344 – 351.
100. Юрченко О. 7 нових видів спорту на фізкультурі: Як грати і скільки це коштує [Корфбол ; Чирлідінг ; Петанк ; Флорбол ; Регбі-5 ; Бадмінтон ; Фризбі Алтимат] [Електронний ресурс] // Освіторія. – Режим доступу : <https://osvitoria.media/experience/7-novyh-vydiv-sportu-na-fizkulturi-yak-graty-i-skilky-tse-koshtuye/>
101. Юрчук О. Д. Технологія пізнавальної активності студентів: дидактичний аспект: монографія / О. Д. Юрчук. - Л.: СПОЛОМ, 2007. – 144 с.
102. Ямницький В. М. Розвиток життєтворчої активної особистості: теорія та есперимент:

монографія / В. М. Ямницький; АПН України. Півден. наук. центр АПН України. РДГУ. - Одеса, 2006. – 362 с.

14. Інформаційні ресурси

103.Баженков Є., Боляк А., Коломоєць Г. НУШ : оцінювання освітніх результатів з фізичної культури : Всеукр. семінар для фахівців освітньої галузі «Фізична культура» (дата проведення 07.07.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://youtu.be/IbyhwMFht8Q>

104.Вдосконалення дистанційних уроків фізичної культури : семінар – практикум (дата проведення 27.04.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://youtu.be/uVYvKwdNGH0>

105.Кращі практики та важливі поради для онлайн уроків з фізичної культури нетворкінг для вчителів (дата проведення 11.05.2022). - Режим доступу: <https://youtu.be/YAT0YNXo5KE>

106.Леськів В. Нова українська школа : впровадження варіативного модулю «Петанк» на уроках фізичної культури | UA_active EDU : освітній марафон (дата проведення : 09.07.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://youtu.be/mMm7HbjBZEI>

107.Модлінська М., Копилова Л. Інклюзивне навчання і нові підходи для вчителів та учнів | UA_active EDU : Всеукр. семінар-практикум (дата проведення 11.08.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://www.youtube.com/watch?v=VEQCWwLGBMM>

108.Мотиваційні стратегії для дистанційних уроків фізичної культури» : Всеукр. семінар-практикум (дата проведення 04.-5.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : https://youtu.be/_ХТРН1ЕСFjY

109.Нові варіативні модулі та модельна програма з фізичної культури НУШ : нетворкінг для вчителів фізичної культури (дата проведення 25.05.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. - Режим доступу : <https://www.youtube.com/watch?v=M1j3qcXRytk>

110.Нормативно-правове та методичне забезпечення освітньої галузі «Фізична культура» : Всеукр. методологічний семінар (дата проведення 28.07.2022 р.)

111.Рожков П., Баженков Є. Нова українська школа : сучасні підходи до викладання «Регбі-5» та «Регбі-7» на уроках фізичної культури : освітній марафон практик (дата проведення 02.08.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://youtu.be/zewnmrOF4ck>

112.Техніки підтримки дітей в освітньому просторі : нетворкінг для вчителів фізичної культури. – Режим доступу : <https://youtu.be/sRN6SKcRm60>

113.Цифрові інструменти та застосунки для підвищення рухової активності дітей та молоді в закладах освіти (дата проведення 04.08.2022)