

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичного виховання та здоров'я  
Навчальний рік 2021-2022

**СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ**  
**«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ЗДОРОВ'Я»**

Вибіркова

Очна форма здобуття освіти

Галузь знань 22 «Охорона здоров'я»

Спеціальність 221 «Стоматологія»

Освітньо-професійна програма «Стоматологія»

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

Курс V

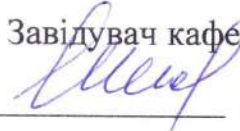
Силабус навчальної дисципліни  
затверджений на засіданні кафедри  
фізичного виховання та здоров'я

Схвалено методичною комісією ХНМУ  
з проблем загальної та передфахової  
підготовки

Протокол від  
«30» серпня 2021 року № 1

Протокол від  
« 31 » серпня 2021 року № 1

Завідувач кафедри

  
доцент В.В. Шутеев

Голова

  
проф. О.Ю. Вовк

## **РОЗРОБНИКИ СИЛАБУСУ:**

1. Шутєєв В.В. зав. кафедри фізичного виховання та здоров'я, к.н.ф.в., доцент;
2. Ленська О.В. старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я.
3. Стратій Н.В. старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я.

## ДАНІ ПРО ВИКЛАДАЧІВ, ЩО ВИКЛАДАЮТЬ ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

Старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я Стратій Наталія Володимирівна

Професійні інтереси: спорт, фізична реабілітація

Посилання на профайл викладача (на сайті університету, кафедри, в системі Moodle та інше.

- <http://distance.knmu.edu.ua/user/profile.php?id=490>

Корпоративна пошта викладача: [nv.stratii@knmu.edu.ua](mailto:nv.stratii@knmu.edu.ua)

Контактний телефон: 0675738520

Консультації (очні): Спортивна зала, корпус «Б», згідно до розкладу

Онлайн консультації згідно до графіку:

[http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com\\_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk](http://www.knmu.kharkov.ua/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=1&lang=uk)

<http://distance.knmu.edu.ua/mod/bigbluebuttonbn/view.php?id=24633>

Локація: Спортивна зала, корпус «Б»

## ВСТУП

**Силабус навчальної дисципліни «Фізичне виховання та здоров'я»** складений відповідно до освітньо-професійної програми (далі – ОПП) «Стоматологія» та Стандарту вищої освіти України (далі – Стандарт), другий (магістерський) рівень, галузі знань 22 «Охорона здоров'я», спеціальності 221 «Стоматологія».

**Опис навчальної дисципліни (анотація)** «Фізичне виховання та здоров'я» – є отримання студентами знань і практичних навичок з різних видів фізичного виховання та різних форм і технологій її реалізації.

Фізичне виховання в вищих медичних закладах України є невід'ємною частиною гуманітарного виховання студентів, формування загальної та професійної культури особистості майбутнього спеціаліста.

Фізичне виховання забезпечує загальну та спеціальну фізичну підготовку. Як навчальна дисципліна є засобом оптимізації фізичного та фізіологічного стану студентів у процесі професійної підготовки.

За час навчання важливо сформувати у студентів розуміння необхідності постійно працювати над собою, вивчаючи особливості свого організму, раціонально використовувати свій фізичний потенціал, ведучи здоровий спосіб життя, постійно засвоювати цінність фізичної культури. Медичні ВНЗ повинні готувати всебічно-розвинених спеціалістів, які б володіли теоретичними знаннями та практичними навичками і вміннями застосування різноманітних засобів фізичної культури в своїй лікувально-профілактичній роботі.

**Предметом** вивчення навчальної «Фізичне виховання та здоров'я» є фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним руховим навичкам, вмінням, для успішної наступної професійної діяльності.

**Міждисциплінарні зв'язки:** «Фізичне виховання та здоров'я», як навчальна дисципліна базується на дисциплінах анатомія людини, фізіологія людини, валеологія, лікувальна фізкультура, фізичне виховання, медична реабілітація, гігієна, спортивна медицина, що передбачає інтеграцію викладання з цими дисциплінами та формуванню умінь застосовувати знання з фізичного виховання в процесі подальшого навчання й у професійної діяльності.

**Пререквізити** Вивчення дисципліни передбачає попереднє засвоєння навчальних дисциплін з фізичного виховання, фізична реабілітації, спортивної медицини, анатомії, фізіології, гігієни, психології, медичної реабілітації, спортивної фізіології людини, вікової фізіології у закладах вищої освіти.

**Постреквізити** Основні положення навчальної дисципліни мають застосовуватися при вивченні фахових дисциплін.

**Посилання на сторінку навчальної дисципліни в MOODLE**  
<http://distance.knmu.edu.ua/course/view.php?id=3516>

### 1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**1.1. Метою вивчення навчальної дисципліни** є «Фізичне виховання та здоров'я» є послідовне формування фізичної культури особистості фахівця

відповідного рівня освіти у вищих медичних навчальних закладів, підготовка майбутніх фахівців до високопродуктивної праці, виховання у студентів потреби в систематичних заняттях фізичними вправами для підтримки належного фізичного та психічного стану в залежності від психофізичних навантажень та з урахуванням особливостей їх майбутньої професійної діяльності, зміцнення здоров'я, а також отримання умінь і навичок для застосування різноманітних засобів фізичної культури в майбутньої профілактично-лікувальній діяльності та формування у всіх верств населення престижності здоров'я.

Кінцева мета навчальної дисципліни «Фізичне виховання» вищих медичних навчальних закладів впливає із мети освітньої та професійної підготовки випускників вищого медичного навчального закладу та визначається змістом теоретичних знань, методичної підготовки, практичних умінь і навичок, якими повинен оволодіти бакалавр.

### **1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни є:**

Для досягнення мети викладання дисципліни «Фізичне виховання» є створення основ педагогічної майстерності щодо підготовки фахівця з фізичної реабілітації.

*Завданнями* мають бути: розвиток пізнавального інтересу у студентів до фізичного виховання як педагогічного процесу; ознайомлення з засобами та методами фізичного виховання; опанування основ навчання руховим діям, розвитку рухових якостей; формування знань, умінь та навичок, необхідних для найбільш ефективного вирішення педагогічних завдань.

**1.3. Компетентності та результати навчання,** формуванню яких сприяє дисципліна (взаємозв'язок з нормативним змістом підготовки здобувачів вищої освіти, сформульованим у термінах результатів навчання у ОПП та Стандарті).

#### **1.3.1. Вивчення навчальної дисципліни забезпечує опанування студентами компетентностей:**

**інтегральні:** Здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у галузі охорони здоров'я за спеціальністю «стоматологія» у професійній діяльності або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій та характеризується невизначеністю умов і вимог

##### **загальні:**

ЗК 1- Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.

ЗК 2- Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 3- Здатність застосовувати знання у практичній діяльності.

ЗК 4- Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК 5- Здатність спілкуватися англійською мовою.

ЗК 6- Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК 7- Здатність до пошуку, опрацювання та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 8 -Здатність до адаптації та дії в новій ситуації..

ЗК 9- Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК 10- Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК 11- Здатність працювати в команді.

ЗК 12- Прагнення до збереження навколишнього середовища.

ЗК 13- Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК 14- Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

ЗК 15-Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і 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, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

**спеціальні (фахові, предметні):**

ФК13 – Здатність до оцінювання впливу навколишнього середовища, соціально-економічних та біологічних детермінант на стан здоров'я індивідуума, сім'ї, популяції

**1.3.2.** Вивчення навчальної дисципліни забезпечує набуття студентами наступних **програмних результатів навчання:**

ПРН 12 – Організувати проведення лікувально-евакуаційних заходів серед населення, військовослужбовців, в умовах надзвичайної ситуації, у т.ч. воєнного стану, під час розгорнутих етапів медичної евакуації, з урахуванням існуючої системи лікувально-евакуаційного забезпечення.

ПРН 15 – Оцінювати вплив навколишнього середовища на стан здоров'я населення в умовах медичного закладу за стандартними методиками.

ПРН 16 - Формувати цілі та визначати структуру особистої діяльності на підставі результату аналізу певних суспільних та особистих потреб.

ПРН 17 - Дотримуватися здорового способу життя, користуватися прийомами саморегуляції та самоконтролю.

ПРН 18 - Усвідомлювати та керуватися у своїй діяльності громадянськими правами, свободами та обов'язками, підвищувати загальноосвітній культурний рівень.

ПРН 19- Дотримуватися вимог етики, біоетики та деонтології у своїй фаховій діяльності.

ПРН 20 - Організувати необхідний рівень індивідуальної безпеки (власної та осіб, про яких піклується) у разі виникнення типових небезпечних ситуацій в індивідуальному полі діяльності.

**1.3.3.** Вивчення навчальної дисципліни забезпечує набуття студентами наступних **соціальний навичок (Soft skills):** комунікативність (реалізується через: метод роботи в парах та групах, мозковий штурм, метод самопрезентації), робота в команді (реалізується через: метод проектів, ажурна пилка ), конфлікт-менеджмент (реалізується через: метод драматизації, ігрові методи), тайм-

менеджмент (реалізується через: метод проєктів, робота в групах, тренінги),  
лідерські навички (реалізується через: робота в групах, метод проєктів, метод  
самопрезентації).

## 2. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь, ОПП	Характеристика навчальної дисципліни	
		<b>денна форма навчання</b>	
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 22 «Охорона здоров'я»	Вибіркова	
Загальна кількість годин – 90	Спеціальність: 221 «Стоматологія»	<b>Рік підготовки (курс):</b>	
		5-й	
		<b>Семестр</b>	
		9-й	10-й
Годин для денної (або вечірньої) форми навчання: аудиторних – 20 самостійної роботи студента - 70	Освітній ступінь: магістр ОПП «Стоматологія»	<b>Лекції</b>	
		-	
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		20 год.	20 год.
		<b>Лабораторні</b>	
		-	
		<b>Самостійна робота</b>	
		70 год.	
<b>Індивідуальні завдання: год.</b>			
Вид підсумковою контролю: залік			

### 2.1 Опис дисципліни

#### 2.2.1 Лекції

Проведення лекційних занять не передбачено програмою

#### 2.2.2 Семінарські заняття

Проведення семінарських занять не передбачено програмою.

#### 2.2.3 Практичні заняття

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Методи навчання	Форми контролю
1	Вихідні положення волейболіста. Розташування та переходи гравців на ігровому майданчику. Вибір вихідного положення	10	Методи демонстрації	Тестовий контроль



	і переміщення для виконання передачі і прийому м'яча. Спеціальні фізичні вправи для розвитку фізичних якостей волейболістів. Вдосконалення ігрових дії.			
2	Передача м'яча обома руками зверху та знизу. Прийом м'яча обома руками зверху та знизу. Різновиди подач та техніка її виконання. Нападаючий удар. Блокування нападаючого удару, його різновиди. Страхуючі дії. Спеціальні фізичні вправи для розвитку фізичних якостей волейболістів. Вдосконалення ігрових дії.	10	Методи демонстрації	Тестовий контроль
3	Вправи для розвитку стрибучості. Вправи на розвиток спеціальної гнучкості волейболіста. Розвиток фізичних якостей. Вдосконалення ігрових дії.	10	Методи демонстрації	Тестовий контроль
4	Техніко-тактична підготовка волейболістів. Індивідуальні та групові тактичні дії гравців у нападі та захисті. Взаємодія гравців передньої та задньої ліній. Дії	10	Методи демонстрації	Тестовий контроль

	гравця Ліберо. Спеціальні фізичні вправи для розвитку фізичних якостей волейболістів. Вдосконалення ігрових дії.			
5	Правила змагань. Робота суддів, склад суддівської бригади, розподіл обов'язків. Спеціальні фізичні вправи для розвитку фізичних якостей волейболістів. Вдосконалення ігрових дії.	10	Методи демонстрації	Тестовий контроль
	<b>Всього годин</b>	<b>50</b>		

#### 2.2.4. Лабораторні заняття

Проведення лабораторних занять не передбачено програмою.

#### 2.2.5. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Методи навчання	Форми контролю
1	Історія виникнення волейболу у світі та Україні. Історія розвитку українського волейбол. Українській волейбол на сучасному етапі.	16	Практичні методи	Комплексний контроль
2	Загальна характеристика гри волейбол (розмітка ігрового майданчика, розміщення гравців, основні правила гри).	16	Практичні методи	Комплексний контроль
3	Правила безпеки на ігровому майданчику. Санітарно-гігієнічні вимоги до спортивного інвентарю. Особиста гігієна спортсмена	16	Практичні методи	Комплексний контроль

4	Загальна і спеціальна фізична підготовка у волейболі. Значення загальної і спеціальної фізичної підготовки у волейболі. Значення гравців передньої та задньої ліній.	16	Практичні методи	Комплексний контроль
5	Особливості ЗФП і СФП, характеристика засобів для розвитку фізичних якостей (сили, швидкісних і швидкісно-силових, спритності, витривалості, гнучкості) в волейболі.	16	Практичні методи	Комплексний контроль
6	Різновиди технічних прийомів в волейболі.	16	Практичні методи	Комплексний контроль
7	Значення техніки і тактики в волейболі.	16	Практичні методи	Комплексний контроль
8	Значення техніко-тактичної підготовки на етапах багаторічної підготовки в волейболі.	16	Практичні методи	Комплексний контроль
9	Організація та проведення змагань в волейболі. Поведінка під час змагань.	16	Практичні методи	Комплексний контроль
10	Суддівство в волейболі. Жести суддів.	16	Практичні методи	Комплексний контроль
	<b>Всього годин</b>	160		

### 3. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

**3.1.** Оцінювання успішності навчання здобувачів освіти здійснюється на підставі чинної «Інструкції з оцінювання навчальної діяльності здобувачів освіти ХНМУ»

**Перерахунок середньої оцінки за поточну діяльність у багатобальну шкалу (для дисциплін, що завершуються заліком)**

4-бальна	200-бальна	4-бальна	200-	4-бальна	200-бальна
----------	------------	----------	------	----------	------------

шкала	шкала
5	200
4.97-4,99	199
4.95-4,96	198
4.92-4,94	197
4.9-4,91	196
4.87-4,89	195
4.85-4,86	194
4.82-4,84	193
4.8-4,81	192
4.77-4,79	191
4.75-4,76	190
4.72-4,74	189
4.7-4,71	188
4.67-4,69	187
4.65-4,66	186
4.62-4,64	185
4.6-4,61	184
4.57-4,59	183
4.54-4,56	182
4.52-4,53	181
4.5-4,51	180
4.47-4,49	179
4.45-4,46	178
4.42-4,44	177
4.4-4,41	176
4.37-4,39	175
4.35-4,36	174
4.32-4,34	173
4.3-4,31	172
4,27-4,29	171
4.24-4,26	170

шкала	бальна шкала
4.22-4,23	169
4.19-4,21	168
4.17-4,18	167
4.14-4,16	166
4.12-4,13	165
4.09-4,11	164
4.07-4,08	163
4.04-4,06	162
4.02-4,03	161
3.99-4,01	160
3.97-3,98	159
3.94-3,96	158
3.92-3,93	157
3.89-3,91	156
3.87-3,88	155
3.84-3,86	154
3.82-3,83	153
3.79-3,81	152
3.77-3,78	151
3.74-3,76	150
3.72-3,73	149
3.7-3,71	148
3.67-3,69	147
3.65-3,66	146
3.62-3,64	145
3.6-3,61	144
3.57-3,59	143
3.55-3,56	142
3.52-3,54	141
3.5-3,51	140
3.47-3,49	139

шкала	шкала
3.45-3,46	138
3.42-3,44	137
3.4-3,41	136
3.37-3,39	135
3.35-3,36	134
3.32-3,34	133
3.3-3,31	132
3.27-3,29	131
3.25-3,26	130
3.22-3,24	129
3.2-3,21	128
3.17-3,19	127
3.15-3,16	126
3.12-3,14	125
3.1-3,11	124
3.07-3,09	123
3.05-3,06	122
3.02-3,04	121
3-3,01	120
Менше 3	Недостатньо

### 3.2. Питання до заліку:



### 3.3. Контрольні питання

Не передбачено програмою.

### 3.4. Індивідуальні завдання:

№ з/п	Перелік завдань для індивідуальної самостійної роботи студентів	Вид завдання
1.	Підготовка огляду літератури з тем змістових модулів	Огляд літератури
2.	Аналіз Інтернет інформації з тем змістових модулів	Аналітична довідка
3.	Підготовка тез на конференцію	Участь у конференції будь якого рівня
4.	Участь у змаганнях різного рівня	Участь в змаганнях, які проводяться ХНМУ, обласні, Всеукраїнські

### 3.6. Правила оскарження оцінки

1. Процедура оскарження результатів складається із трьох етапів: подання скарги, розгляду скарги, прийняття та оприлюднення рішення апеляційної комісії.

2. Подання скарги здійснюється студентом особисто у письмовій формі в день оголошення результатів складання заліка

3. Якщо особа, яка оскаржує результати, бажає додати до апеляції додаткові документи, то вона повинна це зробити під час подання скарги.

4. Апеляційна скарга повинна бути розглянута на засіданні апеляційної комісії не пізніше двох наступних робочих днів після її подання.

5. Засідання апеляційної комісії повинно супроводжуватись веденням протоколу.

6. Відповідальність за ведення протоколу засідання апеляційної комісії покладається на секретаря комісії.

7. Студент, який подавав скаргу, має право бути присутнім на усіх засіданнях апеляційної комісії стосовно власної скарги. У випадку його відсутності секретарем комісії у протоколі засідання повинен бути зроблений відповідний запис.

8. Засідання вважається неправомірним, якщо на ньому відсутня 1/3 від загальної кількості членів.

9. На одному засіданні апеляційної комісії може розглядатись декілька апеляційних скарг.

10. Рішення, які приймаються апеляційною комісією, можуть бути трьох видів:

- результати попереднього оцінювання знань студента не змінюються;
- результати попереднього оцінювання знань студента не відповідають рівню знань вищої освіти і заслуговують незадовільної оцінки;

- результати попереднього оцінювання знань студента скасовуються. Рівень якості знань студента заслуговує іншої оцінки (вказується нова оцінка відповідно до діючої шкали оцінювання). Нова оцінка повинна бути не нижча за попередню.

10. Якщо апеляційна комісія приймає відміну результатів попереднього оцінювання, то нова оцінка студента виставляється цифрою та прописом відповідно до діючої шкали оцінювання у протоколі засідання апеляційної комісії.

11. В оскарженні відмовляють у випадках: відсутності на заліку без поважної причини.

12. Графіки засідань усіх апеляційної комісій повинні бути оприлюднені.

13. Зареєстровані скарги, накази про створення апеляційних комісій, журнали обліку скарг та протоколи засідань апеляційних комісій повинні зберігатись у навчальному відділі протягом 1 року.

#### **4. ПОЛІТИКА ДИСЦИПЛІНИ**

Очікується, що студенти та студентки відвідуватимуть всі лекційні та практичні заняття. Якщо вони пропустили заняття, необхідно відпрацювати його (згідно графіку на інформаційному стенді кафедри)

Письмові та домашні завдання треба виконувати повністю та вчасно, якщо у студентів/-ок виникають запитання, можна звернутися до викладача особисто або за електронною поштою, яку викладач/-ка надасть на першому практичному занятті.

Під час лекційного заняття студентам та студенткам рекомендовано вести конспект заняття та зберігати достатній рівень тиші. Ставити питання до лектора/-ки – це абсолютно нормально.

##### **Практичні заняття**

Активна участь під час обговорення в аудиторії, студенти/-ки мають бути готовими детально розбиратися в матеріалі, ставити запитання, висловлювати свою точку зору, дискутувати. Під час дискусії важливі:

- повага до колег,
- толерантність до інших та їхнього досвіду,
- сприйнятливість та неупередженість,
- здатність не погоджуватися з думкою, але шанувати особистість опонента/-ки,
- ретельна аргументація своєї думки та сміливість змінювати свою позицію під впливом доказів,
- я-висловлювання, коли людина уникає непотрібних узагальнювань, описує свої почуття і формулює свої побажання з опорою на власні думки і емоції,
- обов'язкове знайомство з першоджерелами.

Вітається творчий підхід у різних його проявах. Від студентів/-ок очікується зацікавленість участю у міських, всеукраїнських та міжнародних конференціях, конкурсах та інших заходах з предметного профілю.

Охорона праці

На першому занятті з курсу буде роз`яснено основні принципи охорони праці шляхом проведення відповідного інструктажу. Очікується, що кожен та кожна повинні знати, де найближчий до аудиторії евакуаційний вихід, де знаходиться вогнегасник, як їм користуватися тощо.

## **5. АКАДЕМІЧНА ДОБРОЧЕСНІСТЬ**

Кафедра «Фізичного виховання та здоров'я» підтримує нульову толерантність до плагіату. Від студентів та студенток очікується бажання постійно підвищувати власну обізнаність в академічному письмі. На перших заняттях проводитимуться інформаційні заходи щодо того, що саме вважати плагіатом та як коректно здійснювати дослідницько-науковий пошук.

Студент ознайомлен, що викладання дисципліни ґрунтується на засадах академічної доброчесності – сукупності етичних принципів та визначених законом правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових (творчих) досягнень.

Порушеннями академічної доброчесності вважаються: академічний плагіат, фабрикація, фальсифікація, списування, обман, хабарництво, необ'єктивне оцінювання.

За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності: повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо); повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми; відрахування із закладу освіти (крім осіб, які здобувають загальну середню освіту); позбавлення академічної стипендії; позбавлення наданих закладом освіти пільг з оплати навчання.

## **6. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА**

### **Базова**

1. Андрєєва О.В. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора наук із фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О.В. Андрєєва. – К.: 2014. – 45 с.
2. Глазирін І.Д. Фізичне виховання (теоретичний курс для студентів ВНЗ не профільних напрямів підготовки): навчальний посібник / І.Д. Глазирін, Я.І. Олексієнко, Ю.В. Петришин. – Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2017. – 248 с.
3. Олексієнко Я.І. Фізична рекреація студентів вищих навчальних закладів: навч. метод. посіб. / Я.І. Олексієнко, О.Е. Меньших, В.А. Шахматов, О.Г. Байда. – Черкаси: ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2017. – 108 с.
4. Товт В.А. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навчальний посібник для викладачів і студентів / В.А. Товт, І.І. Маріонда, Е.М.
5. Сивохоп, В.Я. Сусла. – Ужгород: ДВНЗ «УжНУ», «Говерла», 2015. – 88 с.

Фізичне виховання : підручник / В.Г. Грибан [та ін.] – Дніпро: ДДУВС, 2019. – 232 с.

6. Сергієнко, Л. П. Спортивна морфологія з основами антропогенетики : підручник / Л. П. Сергієнко. - Київ : Кондор, 2016. - 480 с.
7. Сергієнко, Л. П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту : підручник / Л. П. Сергієнко. - Київ : Кондор, 2016. - 542 с.
8. Гігієна та гігієна спорту : підруч. для студ. ВНЗ / Ю. Д. Свистун, О. П. Лаптев, С. О. Полієвський, Х. Є. Шавель. - Львів : ЛДУФК, 2014. - 302 с.
9. Спортивна медицина : підручник для студентів та лікарів / В. М. Сокрут [та ін.] ; ред. В. М. Сокрут ; Міністерство освіти і науки України, Міністерство охорони здоров'я України, Центральний методичний кабінет , Донецький національний медичний університет ім. М. Горького, Донецький національний університет, Донецьке обласне клінічне територіальне медичне об'єднання. - Донецьк : Каштан, 2013. - 471 с.
10. Теорія і методика фізичного виховання : у 2-х т. : підручник / за ред. Т. Ю. Круцевич. - Київ : Олімпійська література.Т. 2 : Методика фізичного виховання різних груп населення. - 2012. - 368 с.
11. Теорія і методика фізичного виховання : у 2-х т. : підручник / за ред. Т. Ю. Круцевич. - Київ : Олімпійська література, Т. 1 : Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. - 2012. - 392 с.
12. Соколовський В. С. Лікувальна фізична культура : підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів IV рівня акредитації / В. С. Соколовський, Н. О. Романова, О. Г. Юшковська ; за ред. В. С. Соколовського ; Одес. держ. мед. ун-т. – Одеса : ОДМУ, 2005. – 234 с. – (Бібліотека студента-медика).
13. Дикий, Б. В. Вступ до спеціальності «Фізичне виховання і спорт» : навчальний посібник : з курсу Вступ до спеціальностей галузі "Фізичне виховання і спорт" "Здоров'я людини" / Б. В. Дикий ; Міністерство освіти і науки України. - Львів : Новий Світ-2000, 2020. - 160 с.
14. Пилипей, Л.П. Основи фізичного виховання для самостійних занять студентів закладів вищої освіти [Електронний ресурс] : навчально-методичний посібник / Л.П. Пилипей. - Суми : СумДУ, 2020. - 89 с.
15. Олексієнко Я. І. Теорія, види та технології оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності : навчально-методичний посібник / Я. І. Олексієнко, П. М. Гунько. – Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2018. – 260 с.
16. Пасічник В. Рекреаційні ігри : навчальний посібник/ Вікторія Пасічник, Валерій Мельник. - Львів : ЛДУФК, 2018. - 106 с.

#### Допоміжна

1. Захарченко, М. Формування індивідуальної фізичної культури учнівської молоді за допомогою занять з фізичного виховання / М. Захарченко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2017. – № 1. – С. 53-56.
2. Фізична культура та психофізіологічний тренінг : навчальний посібник / Л. В. Пляка, Л. Г. Кайдалова, В. С. Шаповалова. - Харків : НФаУ, 2018. - 108 с.



3. Фізична рекреація студентів вищих навчальних закладів : навчально-методичний посібник / Я. І. Олексієнко, О. Е. Меньших, В. А. Шахматов [та ін.]. – Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2017. – 108 с.
4. Присяжнюк, С. І. Фізичне виховання : навчальний посібник / С. І. Присяжнюк ; Міністерство освіти і науки України, Національний аграрний університет. - Київ : Центр учбової літератури, 2017. - 504 с.
5. Булах С.М. Методика проведення занять з атлетичної гімнастики у ВНЗ зі специфічними умовами навчання : навчально-методичний посібник / С.М. Булах, С.Б. Боровинський. - Дніпро : ДДУВС ; Ліра ЛТД, 2017. - 136 с.
6. Глазирін І. Д. Фізичне виховання (теоретичний курс для студентів ВНЗ не профільних напрямів підготовки) : навчальний посібник / І. Д. Глазирін, Я. І. Олексієнко, Ю. В. Петришин. – Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2017. – 248 с.
7. Серeda, І. О. Методичні рекомендації для організації та проведення самостійних занять із оздоровчої аеробіки : навчальний посібник для студентів / І. О. Серeda. – Тернопіль, в-во «Тайп», 2017 – 72 с.
8. Фізичне виховання та військово-прикладна підготовка молоді України : навчально–методичний посібник / Л. А. Нечипоренко, Я. І. Олексієнко, В. А. Шахматов [та ін.]. – Черкаси : ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2017. – 216 с.
9. Жданова О. М. Основи управління сферою фізичної культури і спорту : навчальний посібник / Ольга Жданова, Любов Чеховська. - Львів : ЛДУФК. 2017. - 244 с.
10. Оптимізація навчально-оздоровчого процесу з фізичного виховання у вищих навчальних закладах : навчально-методичний посібник / Я. І. Олексієнко, О. П. Верещагіна, В. А. Шахматов [та ін.]. – Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2016. – 92 с.
11. Організація оздоровчих занять з фізичної культури для учнів із захворюваннями систем дихання та кровообігу : навчально-методичний посібник / О. П. Безкопильний, Н. В. Слаутіна, Н. В. Сисоєнко [та ін.]. – Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2016. – 80 с.
12. Дудник І. О. Формування вольових якостей у студентів у процесі занять фізичною культурою : навчально-методичний посібник / І. О. Дудник. – Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2016. – 72 с.
13. Основи фізичного виховання людей різного віку : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Г. О. Литовченко [та ін.] ; Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України. - 2-ге вид., перероб. і доп. - Київ : Кондор, 2016. - 224 с.
14. Бессарабов М. С. Загальні основи методики тренування та спортивної підготовки в баскетболі [Електронний ресурс]: навчальний посібник / М. С. Бессарабов. – Електронні текстові дані (1 файл: 1,11 МБ). – Запоріжжя : ЗДМУ, 2015. – 111 с.
15. Основи атлетизму та сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні : навчально-методичний посібник / О. В. Онопрієнко, О. М. Онопрієнко, В. І. Биченко. – Черкаси, 2015. – 119 с.
16. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу : навчальний посібник / Вікторія Пасічник. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 78 с.

17. Іваночко В. Оздоровчий фітнес у фізичному вихованні студентів навчальної секції фізичної реабілітації : навчальний посібник / Вікторія Іваночко, Ірина Грибовська, Федір Музика. - Львів : ЛДУФК, 2014. - 128 с.
18. Основи здорового способу життя студентів: навчальний посібник для студ. вищих фармац. навч. закладів та фармац. ф-тів / С. В. Королінська, Н. І. Ізмайлова, П. О. Сіренко, А. О. Аркуша. - Х. : НФаУ, 2013. - 84 с.
19. Михалюк Є. Л. Біологічний вік та кількісна оцінка рівня фізичного здоров'я людини [Електронний ресурс]: навчальний посібник / Є. Л. Михалюк, С. М. Малахова, О. О. Черепок. – Електронні текстові дані (1 файл: 924 КБ). – Запоріжжя : ЗДМУ, 2013. – 130 с.
20. Чижик В.В. Методи досліджень у фізичному вихованні: навч. посіб. для студ. / В.В. Чижик, О. К. Дудник. - Біла Церква, 2013. -241 с.
21. Воловик Н. І. Оздоровчий фітнес для студентів : навчальний посібник / Н. І. Воловик. – Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2012. – 141 с.
22. Губка П. І. Психофізична підготовка студентів вищих медичних навчальних закладів : навчально-методичний посібник / П. І. Губка, М. П. Римар, О. В. Петришин. – Полтава, 2012. – 114 с.
23. Свистун Ю. Д. Гігієна фізичного виховання і спорту : посібник для вищ. навч. закл. III -IV рівня акредитації у галузі фіз. виховання і спорту / Ю. Д. Свистун, Х. Є. Гурінович. - Львів : Українські технології, 2010. - 340 с.
24. Прокопова Л. В. Курс лекцій з теорії і методики фізичного виховання : навчальний посібник для спеціальності 6.010100 «Олімпійський і професійний спорт» / Л. В. Прокопова, М. Б. Чхайло ; Міністерство освіти і науки України, Сумський державний педагогічний університет ім. А. С. Макаренка. – Суми : Видавництво Вінниченко М. Д, 2009. – 306 с.
- Спортивна медицина і фізична реабілітація : навчальний посібник / В. А.
25. Шаповалова, В. М. Коршак, В. М. Халтагарова [та ін.]. - К. : Медицина, 2008. - 246 с.
26. Діагностика психофізіологічних станів спортсменів: методичний посібник / Г.В. Коробейніков, О.К. Дудник, Л.Д. Коняєва та ін. - Київ, 2008. - 64 с.
27. Легка атлетика : навчально-практичний посібник / Ю. І. Пономарьов, С. В. Курячий. - Х. : Нац. юрид. акад. України ім. Я. Мудрого, 2001. - 22 с.
28. Фізичне виховання [Електронний ресурс] : методичні реком. щодо виконання вправ лікувальної гімнастики для самостійної роботи здобувачів вищої освіти МНАУ, віднесених до спеціальної медичної групи через захворювання хребта / уклад. О. С. Мельник. - Електрон. текст. дані. - Миколаїв : МНАУ, 2020. - 39 с.

## **7. ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ**

### **1. Посилання на сторінку навчальної дисципліни в MOODLE**

1. <http://distance.knmu.edu.ua/course/view.php?id=3516>
  2. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/9259>
  3. <http://repository.sspu.sumy.ua/handle/123456789/4378>
  4. <https://uk.wikipedia.org/wiki/>
  5. <http://dspace.mnau.edu.ua/jspui/handle/123456789/7123>
  6. <http://hdl.handle.net/123456789/2299>
-

7. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/75030>
  8. <http://eprints.cdu.edu.ua/id/eprint/15>
  9. <http://eprints.cdu.edu.ua/id/eprint/561>
  10. <http://repository.sspu.sumy.ua/handle/123456789/7646>
  11. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/37076>
- 

## 8. IHIIIIE

