

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичного виховання та здоров'я  
Навчальний рік 2023-2024

**СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ**

**«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»**

Нормативний чи вибірковий освітній компонент нормативний

Форма здобуття освіти очна

Галузь знань 23 «Соціальна робота»

Спеціальність 231 «Соціальна робота»

Спеціалізація (за наявності) -

Освітньо-професійна програма «Соціальна робота» першого (бакалаврського)  
рівня вищої освіти

Курс II

Силабус освітнього компоненту  
затверджений на засіданні кафедри  
фізичного виховання та здоров'я

Схвалено методичною комісією ХНМУ  
з проблем загальної та передфахової  
підготовки

Протокол від  
« 30» серпня 2022 року №1

Протокол від  
« 31» серпня 2022 року №1

Завідувач кафедри В.В. Шутєєв

## **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 Білик Олег Андрійович

Професійні інтереси: спорт, фізична реабілітація, лікувальний масаж

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

- <http://distance.knmu.edu.ua/user/profile.php?id=593>

Корпоративна пошта викладача: 0503035668

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

Онлайн консультації згідно до графіку:

<http://distance.knmu.edu.ua/user/view.php?id=618&course=113>

Локація: Спортивна зала, корпус «Б»

## ВСТУП

**Силабус освітнього компоненту «Фізичне виховання»** складений відповідно до освітньо-професійної програми (далі – ОПП) «Соціальна робота» та Стандарту вищої освіти України (далі – Стандарт), перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, галузі знань 22 «Охорона здоров'я», спеціальності 231 «Соціальна робота».

**Опис освітнього компоненту (анотація)** «Фізичне виховання» – є отримання студентами знань і практичних навичок з різних видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності та різних форм і технологій її реалізації.

Фізичне виховання в вищих медичних закладах України є невід'ємною частиною гуманітарного виховання студентів, формування загальний 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 освітнього компоненту «Фізичне виховання» є фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним руховим навичкам, вмінням, для успішної наступної професійної діяльності.

**Міждисциплінарні зв'язки:** «Фізичне виховання», як освітній компонент 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 освітнього компоненту 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 освітнього компоненту мають застосовуватися при вивченні фахових дисциплін.

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

## **1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ**

**1.1. Метою вивчення освітнього компоненту «Фізичне виховання» 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 освітнього компоненту «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 освітнього компоненту є:**

Для досягнення мети викладання освітнього компоненту «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 освітнього компоненту забезпечує опанування студентами компетентностей:**

**інтегральні:** Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у соціальній сфері або у процесі навчання, що передбачає застосування певних теорій та методів соціальної роботи і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

##### **загальні:**

ЗК1. 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.

ЗК2. 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.

ЗК3. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.

ЗК4. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК5. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК6. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК7. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК8. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК9. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК11. Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК12. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК13. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети

ЗК14. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.

ЗК15. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

#### **спеціальні (фахові, предметні):**

ФК 15. Здатність взаємодіяти з клієнтами, представниками різних професійних груп та громад.

ФК 18. Здатність до генерування нових ідей та креативності у професійній сфері.

ФК 20. Здатність до сприяння підвищенню добробуту і соціального захисту осіб, здійснення соціальної допомоги та надання підтримки тим, хто перебуває у складних життєвих обставинах

**1.3.2. Вивчення освітнього компоненту забезпечує набуття студентами наступних програмних результатів навчання:**

ПРН 1. Здійснювати пошук, аналіз і синтез інформації з різних джерел для розв'язування професійних і встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між соціальними подіями та явищами.

ПРН 2. Вільно спілкуватися усно і письмово державною та іноземною мовами з професійних питань.

ПРН 21. Демонструвати толерантну поведінку, виявляти повагу до культурних, релігійних, етнічних відмінностей, розрізняти вплив стереотипів та упереджень.

ПРН 22. Демонструвати вміння креативно вирішувати проблеми та приймати інноваційні рішення, мислити та застосовувати творчі здібності до формування принципово нових ідей.

**1.3.3. Вивчення освітнього компоненту 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 ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь, ОПП	Характеристика освітнього компоненту	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів –	Галузь знань 23 «Соціальна робота»	Нормативна	
Загальна кількість годин – 90	Спеціальність: 231 «Соціальна робота»	<b>Рік підготовки (курс):</b>	
		2-й	
		<b>Семестр</b>	
		3-й	4-й
		<b>Лекції</b>	
Годин для денної (або вечірньої) форми навчання: аудиторних – 74 самостійної роботи студента - 16	Освітній ступінь: бакалавр ОПП «Соціальна робота»	-	
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		74 год.	
		<b>Лабораторні</b>	
		-	
		<b>Самостійна робота</b>	
		16 год.	
<b>Індивідуальні завдання: год.</b>			
Вид підсумковою контролю: залік			

### 2.1 Опис освітнього компоненту

#### 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	Фізичні якості. Розвиток фізичних якостей. Удосконалення техніки виконання основних вправ обраного виду	8	Методи демонстрації	Тестовий контроль



	рухової активності.			
2	Перевірка і оцінка рухових якостей (сила, швидкість, витривалість, гнучкість, спритність, координація). Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.	8	Методи демонстрації	Тестовий контроль
3	Вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для підвищення функціональних можливостей. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.	8	Методи демонстрації	Тестовий контроль
4	Професійна прикладна фізична підготовка студентів - медиків. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.	8	Методи демонстрації	Тестовий контроль
5	Особливості складання комплексів вправ професійно - прикладної спрямованості. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.	8	Методи демонстрації	Тестовий контроль
6	Позитивний вплив	6	Методи	Тестовий

	вправ професійно - прикладної фізичної підготовки на організмі. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.		демонстрації	контроль
7	Удосконалення фізичного розвитку, постави, головних життєв оважливих рухових якостей. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.	6	Методи демонстрації	Тестовий контроль
8	Контроль і самоконтроль у процесі занять фізичним вихованням. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.	6	Методи демонстрації	Тестовий контроль
9	Основи забезпечення працездатності та її відновлення засобами фізичної культури. Загальні принципи фізичної реабілітації. Удосконалення техніці виконання основних вправ обраного виду рухової активності.	8	Методи демонстрації	Тестовий контроль
10	Фізична культура і основи здорового способу життя студента.	8	Методи демонстрації	Тестовий контроль

	Удосконалення техніки виконання основних вправ обраного виду рухової активності.			
	<b>Всього годин</b>	<b>74</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	Послідовне вирішення завдань вивчення нових технічних елементів, розвитку фізичних якостей та удосконалення тактичної підготовленості.	2	Практичні методи	Комплексний контроль
2	Завдання технічного і тактичного удосконалення (особливо у спортивних іграх), фізичного та психічного удосконалення (при розвитку фізичних якостей).	4	Практичні методи	Комплексний контроль
3	Формування умінь самоконтролю та самостійного планування фізичного навантаження для удосконалення	4	Практичні методи	Комплексний контроль

	розвитку фізичних якостей.			
4	Оздоровче тренування, формування умінь самоконтролю та самостійного планування фізичного навантаження для удосконалення розвитку фізичних якостей.	4	Практичні методи	Комплексний контроль
5	Виконання різних вправ в незвичайних поєднаннях. Збільшення запасу рухових вмінь та навичок.	2	Практичні методи	Комплексний контроль
	<b>Всього годин</b>	<b>16</b>		

### 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 шкала	200-бальна шкала	4-бальна шкала	200-бальна шкала	4-бальна шкала	200-бальна шкала
5	200	4.22-4,23	169	3.45-3,46	138
4.97-4,99	199	4.19-4,21	168	3.42-3,44	137
4.95-4,96	198	4.17-4,18	167	3.4-3,41	136
4.92-4,94	197	4.14-4,16	166	3.37-3,39	135
4.9-4,91	196	4.12-4,13	165	3.35-3,36	134
4.87-4,89	195	4.09-4,11	164	3.32-3,34	133

4.85-4,86	194	4.07-4,08	163	3.3-3,31	132
4.82-4,84	193	4.04-4,06	162	3.27-3,29	131
4.8-4,81	192	4.02-4,03	161	3.25-3,26	130
4.77-4,79	191	3.99-4,01	160	3.22-3,24	129
4.75-4,76	190	3.97-3,98	159	3.2-3,21	128
4.72-4,74	189	3.94-3,96	158	3.17-3,19	127
4.7-4,71	188	3.92-3,93	157	3.15-3,16	126
4.67-4,69	187	3.89-3,91	156	3.12-3,14	125
4.65-4,66	186	3.87-3,88	155	3.1-3,11	124
4.62-4,64	185	3.84-3,86	154	3.07-3,09	123
4.6-4,61	184	3.82-3,83	153	3.05-3,06	122
4.57-4,59	183	3.79-3,81	152	3.02-3,04	121
4.54-4,56	182	3.77-3,78	151	3-3,01	120
4.52-4,53	181	3.74-3,76	150	Менше 3	Недостатньо
4.5-4,51	180	3.72-3,73	149		
4.47-4,49	179	3.7-3,71	148		
4.45-4,46	178	3.67-3,69	147		
4.42-4,44	177	3.65-3,66	146		
4.4-4,41	176	3.62-3,64	145		
4.37-4,39	175	3.6-3,61	144		
4.35-4,36	174	3.57-3,59	143		
4.32-4,34	173	3.55-3,56	142		
4.3-4,31	172	3.52-3,54	141		
4,27-4,29	171	3.5-3,51	140		
4.24-4,26	170	3.47-3,49	139		

### 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 засіданні 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 комісії 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 ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ**

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. Серета, І. О. Методичні рекомендації для організації та проведення самостійних занять із оздоровчої аеробіки : навчальний посібник для студентів / І. О. Серета. – 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 данні (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. Гуринович. - 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. IHIII

