

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичного виховання та здоров'я
Навчальний рік 2022-2023

СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ
«ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ»

Нормативна

Заочна форма здобуття освіти

Галузь знань 01 «Освіта/Педагогіка»

Спеціальність 011 «Освітні, педагогічні науки»

Освітньо-професійна програма «Педагогіка вищої школи»

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

Курс I

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 2022 року № 1

Протокол від
« 31 » серпня 2022 року № 1

Завідувач кафедри

_____ доцент 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 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

Контактний телефон: 0675738520

Консультації: Онлайн консультації згідно до графіку:

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 «Фізична культура та психофізіологічний тренінг» складений відповідно до освітньо-професійної програми (далі – ОПП) «Педагогіка вищої школи» та Стандарту вищої освіти України (далі – Стандарт), другий (магістерський) рівень, галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка», спеціальності 011 «Освітні, педагогічні науки».

Опис навчальної дисципліни (анотація) Фізична культура та психофізіологічний тренінг – це педагогічний процес спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним руховим навичкам, вмінням, для успішної наступної професійної діяльності.

Фізична культура та психофізіологічний тренінг в вищих медичних закладах України є невід’ємною частиною гуманітарного виховання студентів, формування загального та професійної культури особистості майбутнього спеціаліста.

Фізична культура та психофізіологічний тренінг 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 сформуванню 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.

Предмет вивчення навчальної дисципліни «Фізична культура та психофізіологічний тренінг» є фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним руховим навичкам, вмінням, для успішної наступної професійної діяльності.

Міждисциплінарні зв’язки: «Фізична культура та психофізіологічний тренінг» 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 «Фізична культура та психофізіологічний тренінг» для студентів є послідовне формування фізичної культури, особистості фахівця відповідного рівня освіти (магістра) у вищих медичних навчальних закладах, підготовки 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 «Фізична культура та психофізіологічний тренінг» 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 спеціаліст.

- розрізняти механізми психологічного захисту, які впливають на поведінку людей в різних ситуаціях;
- володіти вміннями виконання фізичних вправ з метою підтримки психічного і фізичного стану;
- володіти психологічними методами забезпечення професійної діяльності у навчально-виховний процес;
- володіти методиками психологічного тренінгу у вищій школі.

Студент оволодіває обов'язковими практичними навичками:

- основні психічні процеси, їх роль, види та властивості;
- методи психодіагностики та самоконтролю особистості;
- методи психокорекції емоційних станів;
- психологічні механізми саморегуляції особистості;
- шляхи оптимізації психологічного забезпечення навчально-пізнавальної діяльності студентів;

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни:

Для досягнення мети фізичного виховання студентів передбачається комплексне вирішення наступних задач:

- формування знань з теоретичних основ психології та психофізіологічного тренінгу з урахуванням специфіки педагогічної професії, сучасного стану вищої освіти в Україні та за кордоном;
- оволодіння сутністю, змістом, принципами психологічного тренінгу;
- оволодіння формами, методами та засобами психологічних механізмів саморегуляції станів особистості;
- зміцнення психологічного здоров'я, сприяння формуванню і всебічному розвитку особистості, саморегуляції та самоконтролю;
- набуття практичних навичок розуміння психологічних станів особистості;
- навчання вмінню слідкувати за зовнішніми проявами емоційного стану суб'єкту професійної діяльності;

- забезпечення загальної і професійної психологічної підготовки, що визначають психологічну готовність майбутнього фахівця до життєдіяльності й обраної професії.

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 сфері публічного управління та адміністрування та/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. Здатність працювати в команді, мотивувати людей та рухатися до спільної мети, бути лідером, діяти соціально.

ЗК 3. Здатність розробляти та управляти проектами.

ЗК 4. Здатність удосконалювати й розвивати професійний, інтелектуальний і культурний рівні.

ЗК 5. Здатність приймати обґрунтовані рішення та використовувати сучасні комунікаційні технології.

ЗК 6. Здатність до професійного спілкування іноземною мовою.

ЗК 7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

спеціальні (фахові, предметні):

СК 1. Здатність налагоджувати соціальну взаємодію, співробітництво, попереджати та розв'язувати конфлікти.

СК 2. Здатність організовувати діяльність органів публічного управління та інших організацій публічної сфери.

СК 3. Здатність організовувати інформаційно-аналітичне забезпечення управлінських процесів із використанням сучасних інформаційних ресурсів та технологій, зокрема розробляти заходи щодо впровадження електронного урядування в різних сферах публічного управління та адміністрування.

СК 4. Здатність визначати показники сталого розвитку на вищому, центральному, регіональному, місцевому та організаційному рівнях.

СК 5. Здатність представляти органи публічного управління у відносинах з іншими державними органами та органами місцевого самоврядування, громадськими об'єднаннями, підприємствами, установами та організаціями незалежно від форм власності, громадянами та налагоджувати ефективні комунікації з ними.

СК 6. Здатність здійснювати професійну діяльність з урахуванням потреб забезпечення національної безпеки України.

СК 7. Здатність самостійно готувати проекти нормативно правових актів, аналітичні довідки, пропозиції, доповіді, надавати експертну оцінку нормативно-правовим актам на різних рівнях публічного управління та адміністрування.

СК 8. Здатність розробляти стратегічні документи розвитку соціально-економічних систем на вищому, центральному, регіональному, місцевому та організаційному рівнях.

СК0 9. Здатність здійснювати наукову та дослідницьку діяльність у сфері публічного управління та адміністрування.

СК 10. Здатність приймати обґрунтовані управлінські рішення з урахуванням питань європейської та євроатлантичної інтеграції

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

ПНР 3. Знати основні засади національної безпеки та уміти попереджати й нейтралізувати виклики і загрози національним інтересам України в межах своєї професійної компетенції.

ПНР 4. Використовувати сучасні статистичні методи, моделі, цифрові технології, спеціалізоване програмне забезпечення для розв'язання складних задач публічного управління та адміністрування.

ПНР 5. Визначати пріоритетні напрями впровадження електронного урядування та розвитку електронної демократії.

ПНР 6. Здійснювати ефективне управління інноваціями, ресурсами, ризиками, проектами, змінами, якістю, застосовувати сучасні моделі, підходи та технології, міжнародний досвід при проектуванні та реорганізації управлінських і загальноорганізаційних структур.

ПНР 8. Уміти здійснювати ефективну комунікацію, аргументувати свою позицію, використовувати сучасні інформаційні та комунікаційні технології у сфері публічного управління та адміністрування на засадах соціальної відповідальності, правових та етичних норм.

ПНР 9. Спілкуватися іноземною мовою на професійну тематику, обговорювати проблеми публічного управління та результати досліджень.

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		заочна форма	
Кількість кредитів – 3	Напрямок підготовки 01 Освіта/педагогіка	Нормативна	
Загальна кількість годин - 90	Спеціальність: 011 «Освітні педагогічні науки»	Рік підготовки:	
		1-й	
		Семестр	
		1	
		Лекції	

Годин для заочної форми навчання: аудиторних – 12 самостійної роботи студента – 78	Освітньо-кваліфікаційний рівень: магістр	2	
		Практичні, семінарські	
		10	
		Самостійна робота	
		78	
		Вид контролю: залік	

2.1 Опис дисципліни

2.2.1 Лекції

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Види лекцій
1	Фізичний та психологічний розвиток особистості.	2	Лекція - інформація
	Всього годин	2	

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	Фізична культура у сучасному суспільстві. Фізичний та психологічний розвиток особистості.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
2	Розвиток психіки і свідомості людини. Психофізіологічний тренінг як засіб розвитку особистості.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
3	Психологічна характеристика професійної педагогічної діяльності.	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
4	Психологічне підґрунтя емоцій і почуттів. Психологія	2	Творчі, проблемно-пошукові методи,	Тестовий контроль, усне

	стресового стану.		демонстрація	опитування (індивідуальне і фронтальне)
5	Прийоми саморегуляції та самоконтролю за станом свого здоров'я	2	Творчі, проблемно-пошукові методи, демонстрація	Тестовий контроль, усне опитування (індивідуальне і фронтальне)
	Всього годин	10		

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	Фізична культура у сучасному суспільстві. Фізичний та психологічний розвиток особистості. Опрацювання навчальної літератури, складання розгорнутого плану відповідей на питання теми.	16	Репродуктивні методи	Комплексний контроль
2	Розвиток психіки і свідомості людини. Психофізіологічний тренінг як засіб розвитку особистості. Підготовка словника основних понять. Складання розгорнутого плану відповідей на питання теми, підготовка	16	Репродуктивні методи	Комплексний контроль

	рефератів.			
3	Психологічна характеристика професійної педагогічної діяльності. Психологічне підґрунтя емоцій і почуттів. Складання розгорнутого плану відповідей на питання теми, підготовка рефератів.	16	Репродуктивні методи	Комплексний контроль
4	Прийоми саморегуляції та самоконтролю за станом свого здоров'я. Психологія стресового стану. Виконання практичних завдань. Опрацювання навчальної літератури.	16	Репродуктивні методи	Комплексний контроль
5	Прийоми саморегуляції та самоконтролю за станом свого здоров'я. Виконання практичних завдань. Створення мультимедійної презентації на задану тему.	14	Репродуктивні методи	Комплексний контроль
	Всього годин	78		

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
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

4-бальна шкала	200-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

4-бальна шкала	200-бальна 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,
- сприйнятливність 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 узагальнень, 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

(до 10 джерел за останні 5 років, 2-3 з яких міжнародні)

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. Андреева. – 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. Менських, 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. Менських, 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, Любова 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 Гривовська, Федір Музика. - Львів : ЛДУФК, 2014. - 128 с.
18. Основи здорового способу життя студентів: навчальний посібник для студ. вищих фармацевт. навч. закладів та фармацевт. 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 данні (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. ІНШЕ

