

Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського

кафедра теорії і методики фізичної культури

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Теорія і методика фізичного виховання

галузь знань 01 освіта / педагогіка

спеціальність 017 – фізична культура і спорт

3 курс

Робоча програма «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів за напрямом підготовки 01 освіта / педагогіка, спеціальність 017 – фізична культура і спорт

Розробник:

Римар Ольга Василівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії і методики фізичної культури.

Протокол від “ ___ ” _____ 20__ року № ___

Завідувач кафедри професор Боднар І.р.

« ___ » _____ 20__ року _____ (Боднар І.Р..)

Схвалено вченою радою факультету фізичного виховання Львівського державного університету фізичної культури за напрямом підготовки 0102 – фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, спеціальністю 017 – фізична культура і спорт

Протокол від. “ ___ ” _____ 20__ року № ___

“ ___ ” _____ 20__ року Голова _____ (Розторгуй М.С.)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів 3	Галузь знань: 01 освіта / педагогіка	Нормативна (за вибором)	
Модулів 4	Спеціальність (професійне спрямування): 017 фізична культура і спорт	Рік підготовки:	
Змістових модулів 4		3-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____		Семестр	
(назва)		5-й	
Загальна кількість годин 90		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних 6 самостійної роботи студента 1,5	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	26 год.	
		Семінарські	
		28 год.	
		Самостійна робота	
		36 год.	
Індивідуальні завдання -		Вид контролю: іспит	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Навчальна дисципліна “Теорія і методика викладання фізичного виховання” є профілюючою у професійній підготовці фахівців з фізичної культури і спорту.

Курс “Теорія і методика викладання фізичного виховання” є розділом навчальної дисципліни, який орієнтований на узагальнення специфічних теоретико-методичних закономірностей фізичного виховання, які розглядаються в структурі спортивно-педагогічних, психолого-педагогічних, соціальних та медико-біологічних дисциплін, а також спортивно-підготовки.

Мета дисципліни: формування професійних організаційних, педагогічних та методичних знань, вмінь і навичок, необхідних у викладанні фізичного виховання школярів та дорослого населення.

Теорія і методика фізичного виховання має **зв’язок з іншими дисциплінами:** гуманітарними (соціологія, історія фізичної культури, психологія і педагогіка), біологічними (анатомія, фізіологія, біохімія, медицина, гігієна, біомеханіка та ін.).

У результаті вивчення курсу “Теорія і методика викладання фізичного виховання” студенти повинні **знати:**

- методологічні та теоретичні основи педагогічного процесу ФВ школярів та дорослого населення;
- законодавчі та програмно-нормативні засади ФВ школярів та дорослого населення;
- закономірності фізичного розвитку школярів;
- теоретико-методичні основи організації ФВ в навчально-виховних установах з дітьми різного віку та дорослим населенням;
- зміст, засоби та методи ФВ школярів та дорослого населення;
- основи планування, педагогічного контролю та обліку навчального процесу з ФВ в загальноосвітніх навчальних закладах.

Студенти повинні **вміти:**

- творчо використовувати отримані знання з теорії і методики фізичного виховання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань з врахуванням вікових та індивідуальних відмінностей учнів;
- вирішувати теоретичні та практичні проблемні завдання з використанням сучасних методів наукового пізнання;
- оцінювати і аналізувати рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей різного віку;
- планувати, організовувати і здійснювати роботу з ФВ школярів та дорослого населення;
- організовувати спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи з дітьми різного віку;

— формувати в школярів систему знань і свідому потребу в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом та в здоровому способі життя;

— орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі, здійснювати науково-дослідну роботу з проблем ФВ школярів та дорослого населення.

Вивчення даного розділу навчального курсу “Теорія і методика викладання фізичного виховання” органічно поєднується з педагогічною практикою студентів, яка передбачає засвоєння організаційно-методичних і практичних навичок у їх логічній послідовності.

Головними **формами** роботи є: лекційні, семінарські (практичні) заняття, самостійна діяльність студентів.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1. Теоретико-методичні основи фізичного виховання школярів.

Тема 1. Особливості організації і методики проведення уроків фізичної культури у загальноосвітній школі.

Тема 2. Особливості організації і методики проведення позаурочних форм фізичного виховання.

Тема 3. Організаційні форми фізичного виховання школярів

Тема 4. Особливості методики розвитку рухових якостей у школярів.

Тема 5. Диференційоване фізичне виховання школярів.

Тема 6. Особливості фізичного виховання дітей, які мають відхилення у стані здоров'я.

Тема 7. Особливості планування та методики контролю за процесом фізичного виховання школярів.

Модуль 2. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дорослого населення

Тема 1. Основи управління процесом фізичного виховання дорослих.

Тема 2. Завдання, основні напрямки та організаційні форми фізичного виховання дорослого населення.

Тема.3. Організаційні форми фізичного виховання дорослого населення.

Тема 4. Особливості методики розвитку і підтримання рівня розвитку рухових якостей дорослих»

Тема 5. Особливості методики навчання та вдосконалення техніки фізичних вправ дорослих.

Тема 6. Реалізація загально-педагогічних і специфічних принципів фв в роботі з дорослим населенням. Контроль у фізичному вихованні дорослого населення.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовий модуль 1.												
Тема1.Теоретико-методичні основи фізичного виховання школярів.		2	2			2						
Тема2. Особливості організації і методики проведення уроків фізичної культури у загальноосвітній школі		2	2			2						
Тема3.Організаційні форми фізичного виховання школярів		2	2			2						
Тема 4. Особливості методики розвитку рухових якостей у школярів.		2	2			2						
Тема 5. Диференційоване фізичне виховання школярів.		2	2			2						
Тема 6. Особливості фізичного виховання дітей, які мають відхилення у стані здоров'я.		2	2			4						
Тема 7. Особливості планування та методики контролю за процесом фізичного виховання школярів.		2	2			4						
Всього		14	14			18						
Змістовий модуль 2.												
Тема 1. Основи управління фізичного виховання дорослих.		2				2						
Тема 2. Завдання, основні напрямки та		4				2						

організаційні форми фізичного виховання дорослого населення.											
Тема 3. Особливості методики розвитку і підтримання рівня розвитку рухових якостей дорослих		2				2					
Тема 4. Особливості методики навчання та вдосконалення техніки фізичних вправ дорослих. Реалізація загальнопедагогічних і специфічних принципів ФВ у роботі з дорослим населенням.		2				2					
Тема 5. Планування і контроль у фізичному вихованні дорослих		2				4					
Всього		12	14			18					
Всього		26	28			36					

5. Теми семінарських занять

Теми та зміст семінарських занять - модуль 1

№ з/п	ЗМІСТ ЗАНЯТТЯ	Кількість годин
1.	Теоретико-методичні основи фізичного виховання школярів. 1. Мета, завдання фізичного виховання школярів. 2. Анатомо-фізіологічні особливості школярів. 3. Контрольні якісні показники рівня фізичної культури школярів.	2
2.	Особливості організації і методики проведення уроків фізичної культури у загальноосвітній школі. 1. Аналіз навчальних програм з предмету фізична культура для школярів різного віку. 2. Характерні риси, зміст і побудова уроку. 3. Види і типи уроків. Визначення завдань уроку. 4. Особливості методики проведення уроків фізичної культури у школярів. 5. Організаційні форми фізичного виховання дітей 6. Загальна характеристика позаурочних форм фізичного виховання.	4
3.	Особливості методики розвитку рухових якостей у школярів. 1. Вікова динаміка розвитку рухових якостей. 2. Особливості методики розвитку сили у школярів. 3. Особливості методики розвитку швидкості у школярів. 4. Особливості методики розвитку витривалості у школярів.	2

	5. Особливості методики розвитку гнучкості у школярів. 6. Особливості методики розвитку спритності у школярів.	
4.	Диференційоване фізичне виховання школярів. Особливості фізичного виховання дітей, які мають відхилення у стані здоров'я. 1. Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання. 2. Підходи до диференційованого фізичного виховання дітей та критерії диференціації. 3. Оцінка здоров'я дітей та їх розподіл на медичні групи для занять фізичними вправами. 4. Особливості застосування коригуючої гімнастики для профілактики порушень постави у школярів 5. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи.	2
5.	Особливості планування та методики контролю за процесом фізичного виховання школярів. 1. Значення планування процесу фізичного виховання. 2. Характеристика основних документів планування навчального процесу з фізичного виховання. 3. Значення та форми контролю навчального процесу з фізичного виховання. 4. Методика педагогічних спостережень на уроці ФК (візуальні спостереження, хронометраж уроку, визначення фізіологічної кривої навантаження). 5. Особливості проведення самоконтролю школярами.	4
	Всього семінарських годин:	14

Зміст семінарських занять – модуль 2

№ п/п	ЗМІСТ РОБОТИ	Кількість годин
1.	Основи управління фізичного виховання дорослих. - Вікова періодизація дорослих. - Психофізіологічна характеристика дорослих. - Етапи фізичного розвитку людини. - Цілі та стратегія управління процесом фізичного виховання дорослих.	2
2.	Завдання, основні напрямки та організаційні форми фізичного виховання дорослого населення. - Мета та завдання ФВ дорослого населення. - Основні напрямки ФВ дорослого населення. - Організаційні форми ФВ дорослого населення. -	4
3.	Особливості методики розвитку і підтримання рівня розвитку рухових якостей дорослих - Віковий розвиток рухових якостей дорослих. - Особливості методики розвитку та підтримання рівня рухових якостей дорослих. - Вимірювання і оцінка рухової підготованості. - Організація тренувальних занять і оперативне керування функціональним станом осіб, що займаються. - Проблеми рухової підготовки в масовій фізичній культурі.	2

4.	<p>Особливості методики навчання та вдосконалення техніки фізичних вправ дорослих. Реалізація загально-педагогічних і специфічних принципів ФВ в роботі з дорослим населенням.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Особливості методики навчання та вдосконалення техніки фізичних вправ дорослих. - Особливості методики ФВ осіб середнього віку. - Особливості методики ФВ осіб старшого віку. - Особливості методики ФВ осіб похилого віку. - Реалізація дидактичних принципів ФВ в роботі з дорослими. - Реалізація загальних принципів ФВ в роботі з дорослими. - Реалізація специфічних принципів ФВ в роботі з дорослими. - Формування мотивації фізичної активності. - Формування фізкультурних знань у дорослих. 	2
5.	<p>Планування і контроль у процесі фізичного виховання дорослих.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Градація рівнів фізичного стану людини. - Технологія розробки планів ФВ дорослого населення. - Контрольні якісні показники фізичної культури дорослого населення. - Методи і засоби контролю у ФВ дорослого населення. 	4
Всього семінарських годин:		14

6. Самостійна робота

Теми та зміст самостійної роботи – модуль 1

№ з/п	ЗМІСТ РОБОТИ	Кількість годин
1.	Скласти тези бесіди за темами теоретичних знань для учнів 1-11 класів <i>(за вибором)</i> .	4
2.	Розробити конспект уроку, завданнями якого є навчання техніці <i>(вказати етап навчання вправи)</i> та сприяння розвитку рухової якості (з обраного виду спорту).	4
3.	Скласти комплекс колового тренування для учнів <i>(вказати клас)</i> із низьким рівнем розвитку, спрямованого на розвиток <i>(вказати рухову якість)</i> і зазначити його місце в уроці ФК.	4
4.	Розробити робочий план на чверть або систему уроків <i>(вказати розділ програми з ФК)</i> для учнів <i>(вказати клас)</i> .	6
Всього самостійної роботи:		18

Зміст самостійної роботи студента – модуль 2

№ п/п	ЗМІСТ РОБОТИ	Кількість годин
1	Реферат на тему: “Законодавче та нормативне забезпечення процесу фізичного виховання дорослого населення”	9
2	Складання програми занять фізичними вправами з дорослими (з урахуванням віку, стану здоров'я, фізичної підготовленості).	9
Всього самостійної роботи		18

7. Індивідуальні завдання

1. Скласти тези бесіди за темами теоретичних знань для учнів 1-11 класів (за вибором).
2. Скласти комплекс розвитку фізичної якості в обраному виді спорту.
3. Підготувати реферат відповідно змісту 1 модуля (тематика додається).
4. Підготуватись до дискусії (культура мовлення вчителя як складова професійної майстерності).
5. Ознайомитись із сучасним методологічними основами теорії навчання рухових дій.
6. Ознайомитись із сучасним тлумаченням «рухові задатки», «рухові здібності», «фізичні якості», «рухова обдарованість», «талант», та визначенням взаємозв'язку між ними.
7. Підготувати реферат відповідно змісту 2 модуля (тематика додається).
8. Підготуватись до участі в олімпіаді з ТiМФВ.
9. Підготувати реферат відповідно змісту модуля (тематика додається).
10. Складання програми занять фізичними вправами з дорослими (з урахуванням віку, стану здоров'я, фізичної підготовленості).

8. Тематика рефератів

1. Вчення про сенситивні періоди природного розвитку рухових якостей.
2. Особливості жіночого організму та специфічні особливості силової підготовки дівчат та жінок.
3. Алгоритм розвитку простої та складної рухової реакції.
4. Особливості розвитку рухових якостей осіб другого зрілого віку.
5. Теоретико-методичні основи попереднього контролю.
6. Теоретико-методичні основи оперативного контролю.
7. Теоретико-методичні основи поточного контролю.
8. Теоретико-методичні основи етапного контролю.
9. Педагогічний контроль як чинник підвищення мотивації учнів (студентів, дорослого населення) до занять фізичною культурою.
10. Застосування технічних засобів термінової інформації у педагогічному контролі.
11. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні студентів :
 - на прикладі фітнес-програм, що базуються на видах рухової активності аеробної спрямованості;
 - на прикладі фітнес-програм, що базуються на видах оздоровчої гімнастики;
 - на прикладі фітнес-програм, що базуються на видах рухової активності силової спрямованості;
 - на прикладі фітнес-програм, що базуються на сполученні видів оздоровчої гімнастики та занять силової спрямованості (за вибором студента).
24. Використання нетрадиційних систем оздоровлення.
25. Використання нетрадиційних видів спорту.
26. Використання сучасних комп'ютерних технологій у ФВ.

9. Методи навчання Словесні, наочні

10. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та письмовій формах.

- Опитування.
- Перевірка завдань для самостійної роботи.
- Перевірка матеріалів самопідготовки.
- Виконання завдань практичних занять.

Підсумковий контроль – іспит (V семестр).

10. Екзаменаційні вимоги

1. Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна та її зв'язок з іншими дисциплінами.
2. Характеристика світоглядних основ національної системи фізичного виховання.
3. Характеристика програмно-нормативних основ національної системи фізичного виховання.
4. Характеристика організаційних основ національної системи фізичного виховання.
5. Характеристика науково-методичних основ національної системи фізичного виховання
6. Шляхи реформування національної системи фізичного виховання.
7. Характеристика чинників, що визначають мету фізичного виховання.
8. Характеристика завдань фізичного виховання, визначення ознак, що поділяють їх на різні групи.
9. Характеристика засобів фізичного виховання, критеріїв та ознак їхньої класифікації.
10. Традиції української народної фізичної культури як передумова формування національної системи фізичного виховання.
11. Теоретичне обґрунтування структури занять у фізичному вихованні.
12. Характеристика урочних форм занять фізичною культурою
13. Педагогічні функції вчителя фізичної культури.
14. Педагогічні вміння вчителя фізичної культури.
15. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка вчителя фізичної культури.
16. Створення вчителем фізичної культури бази та заходи проти травматизму
17. Технологія планування процесу фізичного виховання та його функції. Підготовка до планування.
18. Значення та форми контролю навчального процесу з фізичного виховання.

19. Характеристика умов праці майбутніх спеціалістів та вимоги до їх фізичної підготовленості. Професіограма.
20. Організаційні форми фізичного виховання дорослого населення.
21. Форми фізичної культури для дорослих людей в період активної трудової діяльності людини.
22. Кондиційне тренування, його зміст та значення.
23. Завдання кондиційного тренування.
24. Структура кондиційного тренування.
25. Класифікація фітнес-програм.
26. Структура і зміст фітнес-програм.
27. Характеристика основних видів фітнес-програм.
28. Особливості професійної діяльності спеціаліста з оздоровчого фітнесу.
29. Підходи до диференційованого фізичного виховання, критерії диференціації.
30. Фізичне виховання осіб молодіжного віку.
31. Соціальні та біологічні передумови процесу фізичного виховання дорослих.
32. Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні.
33. Особливості методики розвитку та підтримання силових якостей у дорослих.
34. Особливості методики розвитку та підтримання швидкості у дорослих.
35. Особливості методики розвитку та підтримання витривалості у дорослих.
36. Особливості методики розвитку та підтримання швидкісно-силових якостей у дорослих.
37. Особливості методики розвитку та підтримання спритності у дорослих.
38. Особливості методики розвитку та підтримання гнучкості у дорослих.
39. Реалізація принципу спрямованості на формування базової фізичної підготовки в роботі з дорослим населенням.
40. Зумовленість та значення диференційованого фізичного виховання
41. Етапи фізичного розвитку людини.
42. Вікова періодизація дорослих.
43. Психофізіологічні особливості організму дорослих.
44. Стратегія управління процесом фізичного виховання людини.
45. Основні напрямки фізичного виховання дорослого населення.
46. Характеристика змісту рухової активності осіб, віднесених до побутового фізкультурно-гігієнічного напрямку фізичного виховання дорослого населення.
47. Характеристика змісту рухової активності осіб, віднесених до масового оздоровчо-рекреаційного напрямку фізичного виховання дорослого населення.
48. Характеристика змісту рухової активності осіб, віднесених до загальнопідготовчого фізкультурно-гігієнічного напрямку фізичного виховання дорослого населення.

49. Характеристика змісту рухової активності осіб, віднесених до спортивного напрямку фізичного виховання дорослого населення.
50. Характеристика змісту рухової активності осіб, віднесених до професійно-прикладного напрямку фізичного виховання дорослого населення.
51. Характеристика змісту рухової активності осіб, віднесених до лікувального фізкультурно-реабілітаційного напрямку фізичного виховання дорослого населення.
52. Характеристика змісту рухової активності осіб, віднесених до військово-прикладного напрямку фізичного виховання дорослого населення.
53. Особливості розвитку рухових якостей в осіб першого періоду зрілого віку.
54. Особливості розвитку рухових якостей в осіб другого періоду зрілого віку.
55. Особливості розвитку рухових якостей в осіб старшого віці.
56. Особливості розвитку рухових якостей в осіб похилого віці.
57. Особливості мотивації до рухової активності в осіб молодіжного віку.
58. Особливості мотивації до рухової активності в осіб зрілого віку.
59. Особливості методики навчання руховим діям осіб зрілого віку.
60. Особливості методики навчання руховим діям осіб пенсійного віку.
61. Реалізація дидактичних принципів фізичного виховання в роботі з дорослими.
62. Реалізація загальних принципів фізичного виховання в роботі з дорослими.
63. Реалізація специфічних принципів фізичного виховання в роботі з дорослими.
64. Законодавчі основи фізичного виховання дорослого населення.
65. Значення Закону України "Про фізичну культуру і спорт" в організації процесу фізичного виховання дорослого населення.
66. Нормативні основи фізичного виховання дорослого населення.
67. Значення контролю у фізичному вихованні дорослих.
68. Контрольні якісні показники фізичної культури осіб молодіжного віку.
69. Контрольні якісні показники фізичної культури осіб зрілого віку.
70. Контрольні якісні показники фізичної культури осіб пенсійного віку.
71. Самоконтроль у фізичному вихованні дорослих.
72. Градація рівнів фізичного стану дорослих.

11. Розподіл балів, які отримують студенти

	M1	M2	50
(усього балів)	0-50	0-50	
Опитування на семінарах	0-10	0-10	
Самостійні роботи	0-40	0-40	

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

12. Рекомендована література

Базова

1. Базилевич Л.В. Фізичне виховання школярів: теорія і методика. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова; 2020. 256 с.
2. Гончарова Н.Г., Шиян Б.М. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні школярів. Львів: ЛДУФК; 2018. 312 с.
3. Іваненко О.М., Литвинюк А.П. Вплив різних видів фізичної активності на здоров'я дорослого населення. Харків: ХНУ ім. В.Н. Каразіна; 2020. 202 с.
4. Корнієнко О.А. Роль фізичної активності у здоров'ї дорослого населення України. Харків: ХДПУ; 2019. 210 с.
5. Петров В.П., Куценко В.О. Фізичне виховання дорослого населення: програми та методики. Дніпро: ДНУ; 2022. 244 с.
6. Романюк В.А., Ляшенко Н.С. Інноваційні технології в системі фізичного виховання школярів. Тернопіль: Видавництво ТНПУ; 2020. 180 с.
7. Саприкіна О.В., Дроб'язко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів: сучасні підходи та методи. Київ: Педагогічна думка; 2021. 198 с.
8. Сидоренко Л.В. Формування здорового способу життя дорослого населення засобами фізичної культури. Одеса: ОНУ; 2017. 230 с.
9. Трофимов А.В., Ковальчук В.І. Комплексна програма фізичного виховання для учнів 5-9 класів. Київ: Освіта України; 2019. 150 с.
10. Філіпчук В.М., Мельничук І.В. Роль фізичної культури у формуванні здорового способу життя у дорослих. Львів: ЛНУ імені Івана Франка; 2018. 216 с.

11. Шаповал В.А., Іванова О.М. Зміст і форми фізичного виховання школярів у сучасних умовах. Київ: Видавництво Київського університету; 2021. 175 с.

Допоміжна

1. Карпенко О.Г., Грабовецький В.Й. Фізичне виховання у системі освіти: шляхи удосконалення. Полтава: ПНПУ імені В.Г. Короленка; 2019. 190 с.
2. Макаренко В.В., Піскунов В.В. Методика фізичного виховання школярів середньої ланки. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького; 2021. 182 с.
3. Науменко М.В., Лазаренко І.І. Організація фізичного виховання дорослого населення у громадах. Київ: Видавництво "Освіта"; 2018. 210 с.
4. Олійник В.П., Сідоров М.М. Фізичне виховання молоді та дорослих: проблеми і перспективи. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка; 2020. 250 с.
5. Петренко Н.В., Гребенюк О.А. Здоров'язбережувальні програми фізичного виховання для школярів. Ужгород: Видавництво УжНУ; 2019. 168 с.
6. Романюк І.В., Коваль О.М. Фізичне виховання в школах: досвід та інновації. Луцьк: Волинський національний університет ім. Лесі Українки; 2021. 200 с.
7. Стеценко О.Г., Тарасенко В.М. Комплексні заняття з фізичного виховання для дорослого населення. Чернівці: Чернівецький національний університет ім. Ю. Федьковича; 2019. 205 с.
8. Удовенко П.М., Андрієнко С.О. Фізичне виховання школярів: традиції та новаторство. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова; 2020. 197 с.
9. Хоменко І.М., Федоренко В.В. Мотивація до фізичної активності у дорослого населення: науково-практичний аспект. Львів: ЛНУ ім. Івана Франка; 2018. 214 с.

14. Інформаційні ресурси

1. Матеріали лекцій.
2. Репозитарій.
3. Мережа Інтернет .