

КРЕМЕНЕЦЬКИЙ ЛІСОТЕХНІЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ

Циклова комісія гуманітарних дисциплін

"ЗАТВЕРДЖУЮ"

Заступник директора з навчально-
виробничої роботи

_____ Віталій Цісарук

"__" _____ 20__ року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

галузь знань 19 Архітектура і будівництво

спеціальність 193 Геодезія та землеустрій

освітня програма Геодезія та землеустрій

Кременець - 2022 рік

Робоча програма з фізичне виховання для студентів 4 курсу 48 групи

галузі знань **19 Архітектура і будівництво**

спеціальність **193 Геодезія та землеустрій**

Викладач: Чумакевич Алла Олександрівна

Робоча програма затверджена на засіданні циклової комісії гуманітарних дисциплін

Протокол від " _____ " _____ 2022 року № 1

Голова циклової комісії _____ Юркевич І.Я.

Схвалено навчально-методичною радою Кременецького лісотехнічного фахового коледжу

Протокол від " _____ " _____ 2022 року № 1

Методист _____ Дроздова Е. Л.

—

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійний ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів – 3.5	Галузь знань <u>19Архітектура і будівництво</u>	Нормативна навчальна дисципліна	
Модулів	Спеціальність <u>193 Геодезія та землеустрій</u>	Рік підготовки:	
Змістових модулів 6		4-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання		Семестр	
Загальна кількість годин -105	Освітньо-професійний ступінь Фаховий молодший бакалавр	7-й	8-й
Тижневих годин для денної форми навчання		Лекції 2год.	Лекції 2год.
Аудиторних		Практичні 20 год.	Практичні 22 год.
Самостійна робота		Лабораторні	Лабораторні
		-	-
		Самостійна робота 38 год.	Самостійна робота 21 год.
		Вид контролю: Залік 2 год.	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: послідовне формування фізичної культури особистості

Мета реалізовується комплексом таких навчальних, оздоровчих і виховних завдань:

- формування загальних уявлень про фізичну культуру, її значення в житті людини, збереження та зміцнення здоров'я, фізичного розвитку;
- розширення рухового досвіду, вдосконалення навичок життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності;
- розширення функціональних можливостей організму дитини через цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей і природних здібностей;
- формування ціннісних орієнтацій щодо використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя;
- формування практичних навичок для самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку;
- формування високих моральних якостей особистості.

Вклад предмета у формування ключових компетентностей.

1. Спілкування державною (і рідною у разі відмінності) мовами.

Уміння: правильно використовувати термінологічний апарат, спілкуватися в різних ситуаціях під час занять фізичною культурою і спортом, за допомогою спілкування розв'язувати конфлікти, популяризувати ідеї фізичної культури і спорту мовними засобами.

Ставлення: усвідомлення ролі фізичної культури для гармонійного розвитку особистості, пошанування національних традицій у фізичному вихованні, українському спортивному русі.

Навчальні ресурси: інформація про історію спортивного руху в Україні та українську спортивну термінологію.

2. Спілкування іноземними мовами.

Уміння: за допомогою іноземної мови спілкуватися про фізичну культуру, її значення для самореалізації людини, писати тексти іноземною мовою про власні спортивні захоплення, шукати інформацію в іноземних джерелах про ефективні оздоровчі програми, спортивні новини.

Ставлення: усвідомлення ролі іноземної мови як мови міжнародного спілкування у спорті.

Навчальні ресурси: спортивні новини іноземною мовою, спортивна термінологія.

3. Математична компетентність.

Уміння: використовувати математичні методи під час занять фізичною культурою, для створення індивідуальних фізкультурно-оздоровчих програм, здійснення самооцінювання власного фізичного стану, вести рахунок при проведенні змагань у різних видах спорту, здійснювати підрахунок та аналізувати частоту серцевих скорочень у стані спокою та під час фізичних навантажень, розраховувати зусилля для досягнення мети, аналізуючи швидкість, відстань, траєкторію, тощо.

Ставлення: усвідомлення важливості математичного мислення для фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності.

Навчальні ресурси: завдання на подолання відстані, створення меню раціонального харчування.

4. Основні компетентності у природничих науках і технологіях.

Уміння: організовувати та здійснювати туристичні мандрівки;

застосовувати інноваційні технології для покращення здоров'я;

виконувати різні фізичні вправи в умовах природного середовища, використовувати сили природи в процесі занять із фізичної культури.

Ставлення: розуміння гармонійної взаємодії людини і природи, сприймання екологічного довкілля як ідеального простору для реалізації фізичної активності людини, ціннісне ставлення до навколишнього середовища як до потенційного джерела здоров'я, усвідомлення важливості бережливого природокористування.

Навчальні ресурси: туристичні мандрівки, фізичні вправи на свіжому повітрі, засоби загартовування, сучасні фітнес-технології.

5. Інформаційно-цифрова компетентність.

Уміння: використовувати цифрові пристрої для навчання техніки рухових навичок, фізичних вправ, оцінювання власного фізичного стану, моніторингу рухової активності.

Ставлення: усвідомлення впливу інформаційних та комунікаційних технологій і пристроїв на здоров'я людини, переваг та ризиків їх застосування; розуміння проблем та наслідків комп'ютерної залежності.

Навчальні ресурси: комп'ютерні програми для корекції фізичного стану, майстер-класи з різних видів спорту, відео уроки та відеоролики про проведення різних форм фізкультурно-оздоровчих занять.

6. Уміння вчитися впродовж життя.

Уміння: розв'язувати проблемні завдання у сфері фізичної культури і спорту;

досягати конкретних цілей у фізичному самовдосконаленні; розробляти індивідуальні оздоровчі програми з урахуванням власних можливостей, мотивів та потреб;

шукати, аналізувати та систематизувати інформацію у сфері фізичної культури та спорту.

Ставлення: розуміння потреби постійного фізичного вдосконалення.

Навчальні ресурси: приклади індивідуальних фізкультурно-оздоровчих програм.

7. Ініціативність і підприємливість.

Уміння: боротися, здобувати чесну перемогу та з гідністю приймати поразку, контролювати свої емоції, організовувати свій час і мобілізувати ресурси, оцінювати власні можливості в процесі рухової діяльності, реалізовувати різні ролі в ігрових ситуаціях, відповідати за власні рішення, користати з власних переваг і визнавати недоліки у тактичних діях у різних видах спорту, планувати та реалізовувати спортивні проекти (турніри, змагання тощо).

Ставлення: ініціативність, активність у фізкультурній діяльності, відповідальність, відвага, усвідомлення важливості співпраці під час ігрових ситуацій.

Навчальні ресурси: спортивні змагання з різних видів спорту.

8. Соціальна та громадянська компетентності.

Уміння: організовувати гру чи інший вид командної рухової діяльності; спілкуватися в різних ситуаціях, нівелювати конфлікти; дотримуватися: правил чесної гри (Fair Play): поважати суперника, здобувати перемогу чесним шляхом за рахунок ретельної підготовки, з гідністю приймати поразку, пам'ятати, що головна перемога – це перемога над собою;

Ставлення: поцінування підтримки, альтернативних думок і поглядів; толерантність;

розуміння зв'язку між руховою активністю та здоров'ям, свідоме ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших.

Навчальні ресурси: командні види спорту.

9. Обізнаність та самовираження у сфері культури.

Уміння: виражати свій культурний потенціал через рухову діяльність;

удосконалювати культуру рухів.

Ставлення: усвідомлення можливостей самовираження та самореалізації через фізичну культуру та спорт; дотримання мовленнєвого етикету.

Навчальні ресурси: форми фізичного виховання: спортивні свята, змагання, рухливі перерви, фізкультпаузи.

10. Екологічна грамотність і здорове життя.

Уміння: свідомо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших; організувати гру чи інший вид рухової діяльності, спілкуватися в різних ситуаціях фізкультурно-спортивної діяльності,

Ставлення: усвідомлення важливості дотримання санітарно-гігієнічних вимог при виконанні фізичних вправ, значення рухової активності в житті людини для покращення здоров'я, самоконтролю в процесі занять фізичною культурою, дотриматися правил безпечної поведінки під час уроків, змагань та інших форм фізичного виховання.

Навчальні ресурси: форми фізичного виховання: спортивні свята, змагання, рухливі ігри.

3. Програма навчальної дисципліни

РОЗДІЛ I. ТЕОРІЯ

Тема 1. Значення заняття фізичною культурою і спортом.

Тема 2. Олімпійський рух в Україні.

РОЗДІЛ II. ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Тема 1. Біг на короткі дистанції.

Тема 2. Біг на середні дистанції

Тема 3. Стрибки у довжину з розбігу.

Тема 4.. Кросова підготовка.

Тема 5. Метання малого м'яча .

РОЗДІЛ III. СПОРТИВНІ ІГРИ

Тема 1. Техніка гри у волейбол.

Тема 2. Техніка гри у баскетбол.

РОЗДІЛ IV. ГІМНАСТИКА

Тема 1. Вправи на гімнастичних снарядах.

Тема 2. Акробатичні вправи.

Тема 3. Атлетична підготовка.

4. Структура навчальної дисципліни
 Форми підсумкового контролю: 6-й, 7-й семестр - залік

№	Тема	Всього годин	В тому числі				Самостійна робота		Консультації групові	Індивідуальні заняття та консультації	Тематичні контролю	Форми самостійної роботи
			Лекції	Практичні	7-й семестр	8-й семестр	7-й семестр	8-й семестр				
1	Теорія	4	4		2	2						
2	Легка атлетика	14		14	8	6	13	7			Тк-1; Тк-2;	
3	Спортивні ігри	14		14	6	8	13	7			Тк-1; Тк-2;	
4	Гімнастика	14		14	6	8	12	7			Тк-1; Тк-2;	
	Всього	105	4	42	22	24	38	21				

І семестр

Теоретичні заняття

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Між предметні зв'язки	Форми поточного контролю.	Список рекомендованої літератури
1	2	Заняття засвоєння знань	Значення заняття ФК і спортом	Правила техніки безпеки на заняттях. Теоретична підготовка і оздоровче і прикладне значення занять фізичною культурою і спортом . Основи професійно – прикладної фізичної підготовки.	Усне опитування студентів	Теорія і метод фіз. виховання	Ред. Л.О Ромашенко «Рухливі здатності людей» ст.. 14-39

Практичні заняття

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Між предметні зв'язки	Форми поточного контролю	Список рекомендованої літератури
2	2	Заняття формування навичок і вмінь	Легка атлетика.	Біг на короткі дистанції, спеціальні вправи бігуна. Тренування з бігу на короткі дистанції. Тренування стрибків в довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» .	Гігієна особистості	Виконання вправ на техніку.	В.М Кучеренко В.Д Єднок Біг, стрибки, метання ст. 83-87.
3	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь	Легка атлетика	Біг на короткі дистанції, спеціальні вправи бігуна. Тренування з бігу на короткі дистанції. Тренування стрибків в довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» .	Гігієна	Виконання вправ на техніку	Ред. А. Лутновський «Легка атлетика» ст. 83-87
4	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь	Легка атлетика	Тренування бігу на середні дистанції. Тренування стрибків в довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» .	Гігієна	Виконання вправ на техніку	Ред. А. Лутновський «Легка атлетика» ст . 83-87
5	2	Заняття формування навичок і вмінь	Легка атлетика	Удосконалення техніки бігу на короткі дистанції. Біг 100м на результат. Удосконалення техніки стрибка в довжину на результат.	Захист вітчизни	Тематичний контроль	В.М Кучеренко В.Д Єднок Легка атлетика ст. 34-63 72-83
6	2	Заняття формування нових навичок і вмінь	Волейбол	Вдосконалення прийому і передачі м'яча в парах через сітку. Навчання прийому подачі двома руками знизу. Тренування верхньої подачі.	Гігієна. Фізика	Виконання вправ на техніку	А.П Демчишин Р.С Мозола Ю. М Панишко Підготовка юних волейболістів Ст. 55-100

Практичні заняття

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Між предметні зв'язки	Форми поточного контролю	Список рекомендованої літератури
7	2	Заняття формування нових навичок і вмінь	Волейбол	Вдосконалення прийому і передачі м'яча в парах через сітку. Навчання прийому подач двома руками знизу. Тренування верхньої подачі.	Гігієна. Фізика	Виконання вправ на техніку	А.П Демчишин Р.С Мозола Ю. М Панишко Підготовка юних волейболістів Ст. 55-100
8	2	Заняття формування нових знань і вмінь	Волейбол	Виконання вивчених вправ на оцінку: 1) Передача м'яча; 2) Подача м'яча; 3) Прийом подач.	Гігієна	Тематичний контроль	Ю. І Портних Спортивні ігри Ст. 219 - 231
9	2	Заняття формування нових знань і вмінь	Гімнастика	Підтягування на перекладині. Згинання розгинання рук на брусах. Лазіння по канату. Нахил тулуба вперед з положення сидячи	Фізика	Виконання вправ на техніку.	Ред. А. Портних «Спортивні ігри» ст. 68-31
10	2	Заняття формування нових знань і вмінь	Гімнастика	Виконання гімнастичних вправ на оцінку. Згинання розгинання рук в упорі від підлоги. Лазіння по канату.	Гігієна	Виконання вправ на техніку.	Ю. Железняк 120 уроків по волейболу Ст. 62-94
11	2	Заняття формування нових знань і вмінь	Гімнастика	Виконання гімнастичних вправ на оцінку. Підтягування на перекладині, стрибок у довжину з місця	Медицина. Гігієна	Тематичний контроль	Ред. А. М Шлемін «Юний гімнаст» ст. 123-152

II семестр

Лекції

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Форми поточного контролю	Між предметні зв'язки	Список рекомендованої літератури
1	2	Заняття засвоєння знань	Олімпійський рух в Україні	Гігієнічні основи обраних систем фізичних вправ. Основи раціонального харчування при різноманітних видах і умовах праці та особливостей життєдіяльності. Оздоровчо-прикладне значення туризму. Види туризму.	Усне опитування	ОБЖД	Ред. Куц О.С. «Ф-к робота з учнівською молоддю» ст. 245 - 261

Практичні заняття

2	2	Заняття формування навичок і вмінь	Баскетбол	Основні технічні прийоми гри. Вдосконалення техніки ловіння м'яча двома руками. Стійка баскетболіста, положення рук. Вдосконалення техніки ловіння м'яча однією рукою.	Виконання вправ на техніку	Фізика	Ред. Портних Ю. «Спортивні ігри» ст. 90 – 102
3	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь	Баскетбол	Вдосконалення техніки передачі м'яча знизу. Вдосконалення техніки передачі м'яча однією рукою зверху та знизу. Навчання техніки кидання м'яча в корзину: а) двома руками; б) однією рукою.	Виконання вправ на техніку	Фізика	Ред. Портних Ю. «Спортивні ігри» ст. 90 – 102
4	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь	Баскетбол	Вдосконалення техніки кидка м'яча в корзину: кидок двома руками від грудей, кидок двома руками з-за голови. Кидок м'яча знизу. Кидок в корзину однією рукою зверху.	Виконання вправ на техніку	Фізика	Ред. Портних Ю. «Спортивні ігри» ст. 90 – 102
5	2	Заняття формування навичок і вмінь	Баскетбол	Виконання вивчених вправ на результат: а) ловіння і передача м'яча; б) ведення м'яча; в) подвійний крок; г) штрафні кидки м'яча в корзину	Тематичний контроль	Фізика	Ред. Портних Ю. «Спортивні ігри» ст. 90 – 102

Практичні заняття

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Форми поточного контролю.	Між предметні зв'язки	Список рекомендованої літератури
6	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь	Гімнастика	Підтягування на перекладині. Згинання розгинання рук на брусах. Лазіння по канату. Нахил тулуба вперед з положення сидячи.	Виконання вправ на техніку	Атлетизм	Ред. Шмелін Є. «Юний гімнаст» ст. 136-145
7	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь	Гімнастика	Розвиток і вдосконалення спритності, сили і силової витривалості, рухової координації і гнучкості. Човниковий біг 4x9. Стрибок з місця.	Виконання вправ на техніку	Атлетизм	Ред. Шмелін Є. «Юний гімнаст» ст. 136-145
8	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь	Гімнастика	Вдосконалення техніки гімнастичних вправ: на перекладині, на брусах. Підйом тулуба за 1хв. Згинання і розгинання рук в упорі лежачи від підлоги.	Виконання вправ на техніку	Атлетизм	Ред. Шмелін Є. «Юний гімнаст» ст. 136-145
9	2	Заняття формування навичок і вмінь	Гімнастика	Виконання залікових нормативів по гімнастичному багатоборству: а) підтягування на перекладині; б) підйом тулуба за 1 хв.; в) згинання і розгинання рук в упорі лежачи від підлоги.	Тематичний контроль	Атлетизм	Ред. Шмелін Є. «Юний гімнаст» ст. 136-145

Практичні заняття

№	К-сть	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Між	Форми	Список
---	-------	-------------	--------------	--------------	-----	-------	--------

заняття	годин				предметні зв'язки	поточного контролю	рекомендованої літератури
10	2	Заняття формування навичок і вмінь	Легка атлетика.	Біг на короткі дистанції, спеціальні вправи бігуна. Тренування з бігу на короткі дистанції. Тренування стрибків в довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» .	Гігієна особистості	Виконання вправ на техніку.	В.М Кучеренко В.Д Єднок Біг, стрибки, метання ст. 83-87.
11	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь	Легка атлетика	Тренування бігу на середні дистанції. Тренування стрибків в довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» .	Гігієна	Виконання вправ на техніку	Ред. А. Лутновський «Легка атлетика» ст . 83-87
12	2	Заняття формування навичок і вмінь	Легка атлетика	Удосконалення техніки бігу на короткі дистанції. Біг 100м на результат. Удосконалення техніки стрибка в довжину на результат.	Захист вітчизни	Тематичний контроль	В.М Кучеренко В.Д Єднак Легка атлетика ст. 34-63 72-83

Самостійна робота студента

№	К-сть	Тема	Зміст самостійної роботи	Форми та засоби	Список
---	-------	------	--------------------------	-----------------	--------

П.п.	годин	дисципліни		самостійної роботи	рекомендованої літератури.
1	20	Легка атлетика	Тренування бігу по пересічній місцевості. Тренування бігу на швидкість. Вдосконалення техніки бігу на короткі дистанції. Стрибки у довжину з розбігу способом зігнувши ноги..	Самостійне тренування	„Л/атлетика” ред.. Лужковський А. с. 21-46
2	20	Спортивні ігри	Вдосконалення техніки прийому і передачі м'яча руками зверху. Вивчення техніки нападаючого удару. Верхня пряма подача. Прийом подач.	Самостійне тренування	„Спортивні ігри” ред.. Портних Ю.Ч. с. 31-136
3	19	Гімнастика	Вдосконалення техніки гімнастичних вправ на снарядах. Підйом на перекладині: переворот, підйом силою. Акробатичні вправи, перекиди, стійки на руках. Опорний стрибок через коня.	Самостійне тренування	Ред. Лямін С. „Юний гімнаст” с.27-298

5. Теми семінарських занять

N з/п	Назва теми	Кількість годин
-------	------------	-----------------

6. Теми практичних занять

N з/п	Назва теми	Кількість годин
	.	

7. Теми лабораторних занять

N з/п	Назва теми	Кількість годин

8. Самостійна робота

N з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Легка атлетика. Тренування бігу по пересічній місцевості. Тренування бігу на швидкість. Вдосконалення техніки бігу на короткі дистанції. Стрибки у довжину з розбігу способом "зігнувши ноги".	20
2	Спортивні ігри. Вдосконалення техніки прийому і передачі м'яча руками зверху. Вивчення техніки нападаючого удару. Верхня пряма подача. Прийом подач.	20
3	Гімнастика. Вдосконалення техніки гімнастичних вправ на снарядах. Підйом на перекладині: переворот, підйом силою. Акробатичні вправи, перекиди, стійки на руках. Опорний стрибок через коня.	19

Індивідуальні завдання

- А) Вправи на розвиток витривалості;
- Б) Вправи на розвиток швидкості
- В) Вправи на розвиток сили;
- Г) Підготовка рефератів.

Методи навчання

- А) Словесні методи: розповідь-пояснення, бесіда, лекція;
- Б) Наочні методи: ілюстрація, демонстрація;
- В) Практичні методи: вправи, реферати;
- Г) Пізнавальні ігри, змагання.

Методи контролю

- А) Фронтальне виконання вправ, бліцопитування;
- Б) Індивідуальне виконання вправ;
- В) Метод тестового контролю;
- Г) Бліцопитування.

Розподіл балів, які отримують студенти

Шкала оцінювання:

**Початковий
(1-3 бали)**

Студент володіє знаннями, необхідними для виконання певного елемента на елементарному рівні пізнання. Студент виконує окремі елементи фізичних вправ, володіє матеріалом на елементарному рівні засвоєння. Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, виконує нормативний показник початкового рівня, розрізняє елементи техніки виконання фізичних вправ.

**Середній
(4-6 балів)**

Уміння і навички студента дозволяють виконувати більшість елементів фізичних вправ (з незначними помилками). Володіння матеріалом на рівні вищому за початковий, розрізняє техніки виконання вправ. Студент володіє технікою виконання окремої фізичної вправи, розуміє основний теоретико-методичний матеріал. Студент за допомогою вчителя виконує окремі фізичні вправи, аналізує та виправляє допущені помилки, виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, виконує нормативні показники середнього рівня.

**Достатній
(7-9 балів)**

Студент виконує окремі контрольні нормативні показники та вправи комплексних тестів оцінки стану фізичної підготовленості, виявляє знання і розуміння переважної більшості навчального матеріалу, застосовує теоретико-методичний матеріал для виконання фізичних вправ, визначених навчальною програмою. Студент володіє технікою виконання фізичних вправ, виконує вправи комплексних тестів оцінки стану фізичної підготовленості. Знання студента достатньо повні, він вільно застосовує вивчений матеріал, вміє аналізувати та робити висновки.

Студент виконує контрольні навчальні нормативи і вимоги, вправи для обов'язкового повторення і домашніх завдань, вільно володіє вивченим матеріалом та вміло застосовує його на практиці, виконує нормативні показники достатнього рівня.

**Високий
(10-11 балів)**

Рівень умінь і навичок студента дозволяє правильно і якісно виконати нормативні показники. Студент вміло володіє теоретико-методичним матеріалом навчальної програми, знає методику підготовки і виконання фізичних вправ. Студент виконує фізичні вправи та контрольні, навчальні нормативи, на високому рівні, володіє узагальненими. Міцними знаннями з предмету, володіє техніко-тактичною підготовкою при виконанні фізичних вправ.

Студент досягає високих результатів під час виконання фізичних вправ, визначених навчальною програмою та тестами оцінювання стану фізичної підготовленості, має системні знання та інструктивно-методичні навички з предмета.

Методичне забезпечення

- А) Методичні розробки;
- Б) Реферати;
- В) Роздатковий матеріал;
- Г) Інвентар та обладнання для спортивних ігор;
- Д) Гімнастичні снаряди;
- Е) Тренажерний зал.

14. Рекомендована література

1. Спортивні ігри та методика викладання [Текст]: підручник для пед. фак. ін-тів фіз. культури / Ю. І. Кравців, З. Я. Кожевникова, Г. С. Ласин [та ін]; під заг. ред. Ю. І. Кравців. - 2-е вид., Перераб. і доп. - Москва: Фізкультура і спорт, 1986. - 318, [2] с.
2. Новінський С.В., Теорія і методика ф/в. 1985р.-с. 4-6. з.-267.
3. Ромашенко Л.О., Рухливі здатності дітей Підручник для учнів педагогічних училищ,-2-е вид. Доробки. - М.: Просвещение, 1990. - 208 с.
4. Колодій Е. М., Лутковський Е.М. М.: Легка атлетика. Фізкультура й спорт, 1985р.-с. 4-6. з.-267.
5. Макаров А.Н. та ін Легка атлетика: Підручник для учнів педагогічних училищ,-2-е вид. Доробки. - М.: Просвещение, 1990. - 208 с.
6. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу.
7. Портных Ю. И. Спортивные игры. — М.: ФиС, 1975. — 336 с.
8. М.Л. Украна і А.М. Шлеміна «Гімнастика», Видавництво: М., «Фізкультура і спорт», Рік: 1977 422с.
9. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1-2. - Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001.- 272 с.
10. Раєвський Р. Т. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів технічних вузів: навч. посібник / Р. Т. Раєвський. - М.: Вища. шк., 1985. - 136 с.
11. Демчишин А.А., Підготовка юних волейболістів. - К.: 1982 с. 191.
12. Юний гімнаст. Під. ред. Шемеліна А.М. М., "Фізкультура і спорт". 1973.

13. Лящук Р.П., Огнистий А.В. Гімнастика. Навчальний посібник (у двох частинах). Частина 1-2. Тернопіль: ТДПУ, 2001. - 2012 с.;
14. Кучеренко В.М., Єднак В.Д. Легка атлетика. Навчальний посібник для студентів першого курсу факультету фізичного виховання. - Тернопіль: ТДПУ, 2001, - 96 с.
15. Кучеренко В.М., Єднак В.Д. Біг, стрибки, метання. - Тернопіль, 2002, - с. 100.
16. Б.Н. Нікітський. Плавання. 1981. - 304 с.

15. Інформаційні ресурси

1. <http://www.sport.ukma.kiev.ua/index.html> - **Національний університет "Києво-Могилянська академія"**
Факультет природничих наук, КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
2. <http://www.mon.gov.ua/> **Міністерство освіти і науки України**
3. <http://old.mon.gov.ua/index.php/ua/diyalnist/osvita/fizichne-vikhovannya>- **Міністерство освіти і науки України, фізичне виховання в ВНЗ.**
4. <http://www.ldufk.edu.ua/> **Львівський державний університет фізичної культури**
5. <http://www.uni-sport.edu.ua/> **Національний університет фізичного виховання та спорту України**
6. <http://www.vnu.edu.ua/menu.jsp?id=9;17;106;&t=f> - **Волинський національний університет - Інститут фізичної культури та здоров'я**
7. http://artgym.at.ua/publ/knigi_i_zhurnaly/kniga_gimnastika_m_l_ukrana_i_a_m_shlemina/6-1-0-116 - **А.М. Шлеміна «Гімнастика» - електронний підручник**