

КРЕМЕНЕЦЬКИЙ ЛІСОТЕХНІЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ

Циклова комісія гуманітарних дисциплін

"ЗАТВЕРДЖУЮ"

Заступник директора з навчально-виробничої роботи

Віталій ЦІСАРУК

"__" _____ 2022 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»

галузь знань 20 Аграрні науки та продовольство

спеціальність 205 «Лісове господарство»

освітньо-професійна програма **Лісове господарство**

Кременець – 2022 рік

Робоча програма з фізичної культури для студентів II курсу 21 групи
галузі знань **20 «Аграрні науки та продовольство»**
спеціальності **205 «Лісове господарство»**

Розробник: Леськів-Бондарчук Ганна Володимирівна

Робоча програма затверджена на засіданні циклової комісії гуманітарних дисциплін
Протокол від " ____ " _____ 20__ року № ____

Голова циклової комісії _____ Юркевич І.Я.

Схвалено навчально-методичною радою Кременецького лісотехнічного коледжу
Протокол від " ____ " _____ 20__ року № ____

Методист _____ Дроздова Е. Л.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти, освітньо-професійна програма, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		Денна форма навчання	
Кількість кредитів – 2,6	Галузь знань 20 Аграрні науки і продовольство	Нормативна навчальна дисципліна	
	Спеціальність 205 Лісове господарство	Рік підготовки:	
Тематичні контролі - 7	Рівень вищої освіти початковий рівень	2-й	
Змістових модулів - 7		Семестр	
Індивідуальне науково-дослідне завдання		3 - й	4 - й
Загальна кількість годин - 78		Лекції	Лекції
Тижневих годин для денної форми навчання Аудиторних –2/2,2 Самостійної роботи студента –	Освітньо-професійна програма Лісове господарство	2 год.	2 год.
	Освітньо-професійний ступінь фаховий молодший бакалавр	Практичні	Практичні
		32 год.	42 год.
		Лабораторні	Лабораторні
		Самостійна робота	Самостійна робота
	Вид контролю:		
		залік	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: послідовне формування фізичної культури особистості

Завдання:

- знання і дотримання основ здорового способу життя;
- знання основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й уміння застосовувати їх на практиці у своїй фізичній активності;
- знання основ методики оздоровлення і фізичного удосконалювання традиційними і нетрадиційними засобами і методами фізичної культури;
- знання основ професійно-прикладної фізичної підготовки й уміння застосовувати їх на практиці;
- знання основ фізичного виховання різних верств населення;
- сформована навичка до щоденних занять фізичними вправами у різноманітних раціональних формах;
- систематичне фізичне тренування з оздоровчою або спортивною спрямованістю;
- виконання відомчих нормативів професійно-прикладної психофізичної підготовленості;
- поінформованість про всі головні цінності фізичної культури і спорту.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

володіти системою практичних умінь і навичок занять головними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, забезпечення, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток і удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості;

набути фонду рухових умінь і навичок забезпечення загальної і професійної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників вищого навчального закладу освіти до життєдіяльності і обраної професії;

придбати досвід творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей;

здатність до виконання тестів і нормативів на рівні вимог освітньо-кваліфікаційних характеристик та освітньо-професійних програм відповідного спеціаліста.

вміти:

розуміти роль фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установа на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом. Технічно правильно виконувати фізичні вправи, які передбачені навчальною програмою з фізичного виховання.

3. Програма навчальної дисципліни

РОЗДІЛ I. ТЕОРІЯ

Тема 1. Фізична культура в Україні.

Тема 2. Спорт і особистість.

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.

Тема 3. Техніка гри у футбол.

РОЗДІЛ IV. ГІМНАСТИКА

Тема 1. Вправи на гімнастичних снарядах.

Тема 2. Акробатичні вправи.

Тема 3. Атлетична підготовка.

РОЗДІЛ V. ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА

Тема 1. Вправи з обтяженнями.

Тема 2. Вправи на гімнастичних снарядах.

Тема 3. Вправи на тренажерах.

РОЗДІЛ VI. ТУРИЗМ

Тема 1. Теоретичні відомості. Оздоровче значення туризму. Туризм як засіб активного відпочинку. Види туризму. Туристичне спорядження. Особиста гігієна, одяг та взуття туриста. Дотримання правил безпеки. Підбір продуктів харчування. Маршрутний лист. Охорона природи.

.

4. Структура навчальної дисципліни

Форма підсумкового контролю: залік

№	Тема	Всього годин	В тому числі		I семестр	II семестр	Самостійна робота	Консультації групові	Індивідуальні заняття та консультації	Обов'язкові контрольні роботи	Форми самостійної роботи
			Лекції	Практичні							
1	Теорія	4	4		2	2	.				
2	Легка атлетика	16		18	10	8				Тк-1; Тк-2	
3	Спортивні ігри	30		36	14	22				Тк-1; Тк-2; Тк-3	
4	Гімнастика	8		8	8					Тк-1;	
5	Професійно-прикладна фізична підготовка	10		10		10				Тк-1;	
6	Туризм	2		2		2					
	Всього	70	4	74	34	44					

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 нових знань	Тема 1. Фізична культура в Україні	Теоретична підготовка. Оздоровче і прикладне значення фізичної культури і спорту. Основи професійно-прикладної фізичної підготовки.	ТіМФВ	Усне опитування	Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів

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	Тема 1. Легка атлетика	Біг на короткі дистанції, спеціальні вправи бігуна. Тренування з бігу на короткій дистанції. Спеціальні вправи стрибуна.	Захист України	Виконання вправ на техніку	В.М Кучеренко В.Д. Єдинак «Легка атлетика» ст. 34
3	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь		Удосконалення техніки бігу на короткі дистанції. Біг 100 м. , 2*100м. Удосконалення техніки стрибка в довжину способом зігнувши ноги.	Захист України	Виконання вправ на техніку	В.М Кучеренко В.Д. Єдинак «Легка атлетика» ст. 34-49
4	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь		Удосконалення техніки бігу на середні дистанції. Спеціальні вправи бігуна. Контрольний біг: 100 м. (юнаки) Удосконалення техніки стрибка в довжину способом зігнувши ноги.	Захист України	Виконання вправ на техніку	В.М Кучеренко В.Д. Єдинак «Легка атлетика» ст. 83-87
5	2	Заняття формування навичок і вмінь		Удосконалення техніки бігу на середні та довгі дистанції . Спеціальні вправи бігуна. Стрибок в довжину способом зігнувши ноги на результат. Метання малого м'яча на дальність.	Захист України	Виконання вправ на техніку	В.М Кучеренко В.Д. Єдинак «Легка атлетика» ст. 34-63, ст. 72-83
6	2	Заняття перевірки набутих знань, навичок, вмінь		Кросова підготовка.. Вдосконалення техніки бігу на рівних ділянках, біг по твердому, м'якому, слизькому ґрунту, біг вгору. Фінішування	Захист України	Тематичний контроль	В.М Кучеренко В.Д. Єдинак «Легка атлетика» ст. 21-34

№ 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 знань та навичок	Тема 2. Волейбол	Навчання прийому і передачі м'яча в парах. Навчання прийому подачі двома руками знизу. Тренування верхньої подачі. Навчальна гра.	Гігієна. Фізика	Виконання вправ на техніку	Волейбол. І.І. Задорожний, І.О. Мовчан с.66-69
8	2	Заняття формування нових знань та навичок		Вдосконалення прийому, передачі м'яча в парах через сітку, в різних напрямках. Тренування верхньої подачі. Навчальна гра.	Гігієна. Фізика	Виконання вправ на техніку	Волейбол. І.І. Задорожний, І.О. Мовчан с.71-82
9	2	Заняття формування нових знань та навичок		Вдосконалення прийому, передачі м'яча в парах через сітку, в різних напрямках, з різною висотою. Тренування верхньої подачі. Навчальна гра. Судівство.	Гігієна. Фізика	Виконання вправ на техніку	Волейбол. І.І. Задорожний, І.О. Мовчан с.66-69
10	2	Заняття формування нових знань та навичок		Тренування прийому і передачі м'яча в різних стійках з різною траєкторією польоту м'яча. Тренування подачі м'яча на точність. Прийом подач. Передачі двома руками зверху м'яча на оцінку. Навчальна гра.	Гігієна. Фізика	Виконання вправ на техніку	Волейбол. І.І. Задорожний, І.О. Мовчан с.66-69
11	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь		Вдосконалення прийому передачі м'яча в парах в стрибку. Передача м'яча в різних напрямках. Передачі двома руками знизу м'яча на оцінку. Верхня пряма подача. Техніка виконання нападаючого удару. Навчальна гра.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Волейбол. І.І. Задорожний, І.О. Мовчан с.71

№ заняття	К-сть годин	Тип Заняття	Тема заняття	План заняття	Між предметні зв'язки	Форми поточного контролю	Список рекомендованої літератури
12	2	Заняття вдосконалення навичок і вмінь		Повторення різновидів передач м'яча. Верхня пряма подача, прийом подач на оцінку. Техніка виконання нападаючого удару. Техніка блокування. Навчальна гра.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Волейбол. І.І. Задорожний, І.О. Мовчан с. 72-85
13	2	Заняття перевірки набутих знань, навичок та вмінь		Повторення різновидів передач м'яча. Ознайомлення з силовою та плануючою подачею подача. Техніка виконання нападаючого удару. Техніка блокування. Навчальна гра.	Фізика	Тематичний контроль	Волейбол. І.І. Задорожний, І.О. Мовчан с.72-85
14		Заняття формування навичок та вмінь	Тема 3. Гімнастика	Стройові вправи і прийоми на місці та в русі. Перешикування та повороти в русі. Вправи на <i>перекладині</i> : підтягування у висі; Вправи на брусах: упори. Опорні стрибки через козла.	Атлетизм	Виконання вправ на техніку	Гімнастика Р.П. Лящук, А.В. Огнистий Ст..8, 67
15		Заняття формування навичок та вмінь		Стройові вправи і прийоми на місці та в русі, Різновиди перешикувань. вправи на <i>перекладині</i> : підйом переворотом. Вправи на брусах: упори, утримування кута. Опорні стрибки через козла на результат.	Атлетизм	Виконання вправ на техніку	Гімнастика Р.П. Лящук, А.В. Огнистий Ст..8, 67,139
16	2	Заняття формування навичок та вмінь		Стройові вправи і прийоми на місці та в русі, Різновиди перешикувань. Вправи на брусах: згинання, розгинання рук. Акробатика. Лазіння по канату	Атлетизм	Виконання вправ на техніку	Гімнастика Р.П. Лящук, А.В. Огнистий Ст..8, 67,139,51

17	2	Заняття формування навичок та вмінь		Стройові вправи і прийоми на місці та в русі, Різновиди перешикувань. Виконання гімнастичних вправ на оцінку., Лазіння по канату.	Атлетизм	Тематичний контроль	Гімнастика Р.П. Ляшук, А.В. Огністий Ст..8, 67,139
----	---	-------------------------------------	--	---	----------	---------------------	---

II 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 формування нових знань та навичок	Тема 1. Спорт і особистість	Основи системи забезпечення працездатності та її відновлення засобами фізичної культури і спорту.	Захист Вітчизни	Усне опитування	Теорія і методика фізичного виховання ред. Новінський с.62-70

Практичні заняття II семестру

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Між предметні зв'язки	Форми поточного контролю	Список рекомендованої літератури
2	2	Заняття формування нових знань та навичок	Тема 2. Баскетбол	Ривки з високого старту, біг зі зміною напрямку, стрибкові вправи. Стрибки з поштовхом двома ногами. Біг зі зміною напрямку руху по сигналу. Попадання м'ячем в ціль після різних дій.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Баскетбол. Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко ст.36-53
3	2	Заняття формування нових знань та навичок		Різновиди бігу, стрибкові вправи. Рухливі ігри з м'ячем. Біг зі зміною напрямку руху по сигналу. Попадання м'ячем в ціль після різних дій.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Баскетбол. Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко ст.36-53
4	2	Заняття формування нових знань та навичок		Чергування різних: стійок, пересувань, зупинок, поворотів. Ловля та передача м'яча одною і двома руками. Кидки з різної відстані.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Баскетбол. Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко ст.36-53
5		Заняття формування нових знань та навичок		Чергування різних способів ловлі, передач, ведення м'яча без зворотного контролю. Серійні кидки з різної відстані	Фізика	Виконання вправ на техніку	Баскетбол. Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко ст.36-53
6	2	Заняття формування нових знань та навичок		Ведення м'яча. Передачі і ловля м'яча різними способами. Виконання подвійного кроку. Штрафні кидки. Навчальна гра.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Баскетбол. Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко ст.40-44
7	2	Заняття формування нових знань та навичок		Індивідуальні, групові й командні тактичні дії у нападі та захисті. Елементи суддівства.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Баскетбол. Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко. ст.90-97

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Між предметні зв'язки	Форми поточного контролю	Список рекомендованої літератури
8	2	Заняття формування нових знань та навичок		Ведення м'яча. Передачі і ловля м'яча двома руками від грудей. Штрафні кидки (на оцінку). Навчальна гра.	Фізика	Тематичний контроль	Баскетбол. Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко ст.36-53
9	2	Заняття формування нових знань та навичок	ППФП	Вправи на розвиток гнучкості, стрибучість. Півшпагат. Стрибки з місця. Згинання розгинання тулуба з положення лежачи.	Атлетизм	Виконання вправ на техніку	Ф/п студентів ред. Р.Т. Раєвська ст. 30-40
10	2	Заняття формування нових знань та навичок		Вправи на силу, стрибучість, швидкість: човниковий біг 4x9 м. Стрибки з місця. Згинання розгинання тулуба з положення лежачи.	Атлетизм	Виконання вправ на техніку	Ф/п студентів ред. Р.Т. Раєвська ст. 30-40
11	2	Заняття формування нових знань та навичок		Вправи на силу, витривалість, стрибучість, швидкість: човниковий біг 4x9 м. Стрибки з місця. Згинання розгинання тулуба з положення лежачи.	Атлетизм	Виконання вправ на техніку	Ф/п студентів ред. Р.Т. Раєвська ст. 30-40
12	2	Заняття формування нових знань та навичок		Вправи на тренажерному залі. Вправи на силу, гнучкість, стрибучість. Вправи на силу, витривалість, стрибучість, швидкість: човниковий біг 4x9 м.(на оцінку) Стрибки з місця.	Атлетизм	Виконання вправ на техніку	Ф/п студентів ред. Р.Т. Раєвська ст. 30-40
13	2	Заняття формування нових знань та навичок		Вправи на силу, витривалість, стрибучість, швидкість. Стрибки з місця (на оцінку). Піднімання тулуба із положення лежачи.	Атлетизм	Виконання вправ на техніку	Ф/п студентів ред. Р.Т. Раєвська ст. 30-40
14	2	Заняття перевірки набутих знань та вмій		Вправи на силу, витривалість, стрибучість, швидкість, гнучкість.. Підтягування на перекладині (на оцінку).	Атлетизм	Тематичний контроль	Ф/п студентів ред. Р.Т. Раєвська ст. 30

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Між предметні зв'язки	Форми поточного контролю	Список рекомендованої літератури
15	2	Заняття формування нових знань та навичок	Тема 3. Футбол	Удари по м'ячу: внутрішньою, зовнішньою стороною стопи, підйомом, п'ятою, носком, коліном, головою з місця (в русі); Різновиди зупинки м'ячів; Ведення м'яча;	Фізика	Виконання вправ на техніку	Футбол В.В. Соломонко, Г.А. Лісенчук, О.В.Соломонко
16		Заняття формування нових знань та навичок		Удари по м'ячу: внутрішньою, зовнішньою стороною стопи, підйомом, п'ятою, носком, коліном, головою з місця (в русі); Різновиди зупинки м'ячів; Ведення м'яча; Обведення; Фінти;	Фізика	Виконання вправ на техніку	Футбол В.В. Соломонко, Г.А. Лісенчук, О.В.Соломонко
17		Заняття формування нових знань та навичок		Удари по м'ячу: внутрішньою, зовнішньою стороною стопи, підйомом, п'ятою, носком, коліном, головою з місця (в русі); Різновиди зупинки м'ячів; Ведення м'яча; Обведення; Фінти;	Фізика	Виконання вправ на техніку	Футбол В.В. Соломонко, Г.А. Лісенчук, О.В.Соломонко
18	2	Заняття формування нових знань та навичок		Удари по м'ячу: внутрішньою, зовнішньою стороною стопи, підйомом, п'ятою, носком, коліном, головою з місця (в русі); Різновиди зупинки м'ячів; Ведення м'яча; Обведення; Фінти; Техніка гри воротаря	Фізика	Виконання вправ на техніку	Футбол В.В. Соломонко, Г.А. Лісенчук, О.В.Соломонко
19	2	Заняття формування нових знань та навичок		Удари по м'ячу ногою, головою зупинки м'яча; ведення м'яча відволікальні дії (фінти); відбирання м'яча: вкидання м'яча: вкидання м'яча на точність і дальність.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Футбол В.В. Соломонко, Г.А. Лісенчук, О.В.Соломонко

№ заняття	К-сть годин	Тип заняття	Тема заняття	План заняття	Між предметні зв'язки	Форми поточного контролю	Список рекомендованої літератури
20	2	Заняття формування нових знань та навичок		Удари по м'ячу ногою, головою зупинки м'яча; ведення м'яча відволікальні дії (фінти); відбирання м'яча: вкидання м'яча: вкидання м'яча на точність і дальність, змінюючи відстань до цілі; жонгливання м'ячем.	Фізика	Виконання вправ на техніку	Футбол В.В. Соломонко, Г.А. Лісенчук, О.В.Соломонко
21		Заняття перевірки набутих знань та вмінь		Елементи арбітражу під час навчальних ігор. Жестикуляція суддів.	Фізика	Тематичний контроль	Футбол В.В. Соломонко, Г.А. Лісенчук, О.В.Соломонко
22	2	Заняття формування нових знань та навичок	Тема 4. Туризм	Теоретичні відомості. Оздоровче значення туризму. Туризм як засіб активного відпочинку. Види туризму. Туристичне спорядження. Особиста гігієна, одяг та взуття туриста. Дотримання правил безпеки. Підбір продуктів харчування. Маршрутний лист. Охорона природи.	Лісозахисні, ОБЖД	Усне опитування	Курилова «Туризм» ст. 245-261

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

№з/п	Назва теми	Кількість годин

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.

ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Аксьонова О.П. Нова фізична культура: система методів навчання / О.П. Аксьонова // Теорія та методика фізичного виховання. – 2011. -- № 3. – С. 25 – 31.
2. Артюшенко О.Ф. Легка атлетика: Теорія і методика викладання: Навчальний посібник / О.Ф. Артюшенко – Черкаси: Брама- Україна, 2008. - 632 с..
3. Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Легка атлетика: Підручник. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2013. – 340 с
4. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі “Фізичне виховання і спорт”. – Харків: “ОВС”, 2004. – 176 с.
5. Задорожний, І. І. Волейбол. Навчання техніки гри : навчальний посібник / І.І. Задорожний, І.О. Мовчан – Львів: ЛДУ БЖД, 2019. – 134 с.
6. Крук М.З., Биканов С.Р., Крук А.З. Теорія і методика викладання плавання: Навчально-методичні матеріали для студентів факультету фізичного виховання і спорту/ Крук М.З., Биканов С.Р., Крук А.З – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – 108 с.
7. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : нав. посіб. / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробійов, Г.В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.
8. Кудряшова Т.І. Теорія і методика викладання легкої атлетики /Навчально-методичний посібник для самостійної роботи з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики» / уклад. : Т.І. Кудряшова, О.О. Губченко, – Кременчук : ПП «Бітарт», 2019. – 169 с.
9. Кучеренко, В. М. Легка атлетика [Текст] : навч. посіб. для студ. І курсу фак. фіз. виховання / В. М. Кучеренко, В
10. Раєвський Р.Т. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів енергетичних спеціальностей: Навч. посіб./Р.Т. Раєвський, С.В.

11. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей. – К.: Олімпійська література. 2001. – 439 с.
12. Соломонко В. В., Футбол у школі : навч. посіб. / Соломонко В. В., Лісенчук Г. А., Соломонко О. В., Пилипенко В. О. - Київ, 2011. - 296 с
13. Стратій Н.В., Методика навчання техніки гри у волейбол студентів вищих навчальних закладів: Навчальний посібник. - ХНМУ, 2012 р. - 104 с. / Н.В. Стратій, О.І.Грищенко, А. Г. Істомін, Ю.А.Веретельникова, А.О.Посипайко, Д.В.Куцій
14. Тучинська Т. А., Баскетбол: навч.-метод. посіб. / Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко.ст.36-53
15. Тучинська Т. А., Волейбол: навчально-методичний посібник / Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко. – Черкаси: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2014. – 76 с.
16. Халайджі; Під заг. ред. Р.Т. Раєвського. - О.: Наука і техніка, 2006. —132 с
17. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навч. посібник / О.М. Худолій – Харків: «ОВС», 2007. – 406 с.
18. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики: [навч. посібник] Ч. 1 / О.М. Худолій. – Харків : “ОВС”, 2004. – 414 с.
19. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики: [навч.посібник] Ч. 2 / О.М. Худолій. – Харків : “ОВС”, 2008. – 464 с.
20. Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров’я нації”. – К., 1998. – 48 с
21. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с. / Частина 2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – 248 с.

Додаткова

1. Гогін О.В. Розвиток швидкісних здібностей і витривалості на уроках легкої атлетики в школі / О.В.Гогін, Т.І. Гогіна // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. - № 6. – С. 19 – 31.
2. Кучеренко В.М. Біг, стрибки, метання / В.М. Кучеренко, В.Д. Єднак - Тернопіль.: ТДПУ ім. В. Гнатюка, 2002. – 100 с
3. Мельник І. Виховання витривалості учнів на уроках фізичної культури і здоров’я / І. Мельник // Фізичне виховання в школі. – 2003. -- № 3. – С. 45 46.
4. Присяжнюк Д.С. Загально-підготовчі, спеціальні і підвідні вправи в легкій атлетиці / Д.С. Присяжнюк, І.М. Дуб – Вінниця: Планер, 2001 – 94 с.

Інформаційні ресурси

1. Волейбол https://www.youtube.com/watch?v=7_Ijm3ddPI0

2. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua/>
3. Федерація легкої атлетики України <http://uaf.org.ua/>
4. Фізичне виховання [Електронний ресурс] : методичні рекомендації для самостійних занять з фізичного виховання для студентів навчального відділення аеробіки НТУУ «КПІ». Методичні рекомендації для студентів, які займаються аеробікою / НТУУ «КПІ» ; уклад. Н. В. Іванюта, С. Є. Толмачова, Н. В. Кузьменко, Н. В. Градусова [та ін.]. – Електронні текстові данні (1 файл: 32,4 Кбайт). – Київ : НТУУ «КПІ», 2015. – 137 с. – Назва з екрана. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/15480>
5. Діджитал-фізкультура для школярів за участі зірок спорту. <https://www.youtube.com/watch?v=Sx9Q3zKXtTg>
6. Діджитал-фізкультура для школярів за участі зірок спорту Прес https://www.youtube.com/watch?v=uf0_sU3WmCw