

Сумський державний педагогічний університет
імені А.С.Макаренка
НН інститут фізичної культури
Кафедра спортивних дисциплін і фізичного виховання



ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор Навчально - наукового
інституту фізичної культури
Лянной М. О.
« » 2020 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ**


Перший (бакалаврський) рівень

Галузь знань: 08 Право

Спеціальність: 081 Право

Освітньо-професійна програма: Право

Мова навчання: українська

Погоджено
науково-методичною комісією
Навчально-наукового
інституту фізичної культури
02 вересня 2020 р.
Голова:  Мороз Л.В.,
к. пед. н., доцент

Розробник:

Прийменко Лариса Олександрівна – старший викладач кафедри спортивних дисциплін і фізичного виховання.

Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри спортивних дисциплін і фізичного виховання

Протокол № 1 від 01 вересня 2020 р.

Завідувач кафедри
кандидат наук з фізичного
виховання і спорту, доцент



С. А. Лазоренко

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Ступінь вищої освіти – бакалавр	Обов'язкова
		Рік підготовки:
1-й		
Семестр		
I, II		
Лекції		
8 год.		
Практичні, семінарські		
112 год.		
Самостійна робота		
0 год.		
Консультації:		
0 год.		
Вид контролю: залік		
Загальна кількість годин - 120		

1. Мета вивчення навчальної дисципліни

Робоча програма складена на основі програми «Фізичне виховання» для вищих навчальних закладів України III-IV рівнів акредитації, затвердженого наказом № 757 від 14 листопада 2003 р. Міністерством освіти і науки України.

Головна мета цієї програми полягає у визначенні відповідного мінімального рівня обов'язкової фізкультурної освіти студентів, які отримують освітньо-кваліфікаційний рівень «бакалавр».

Програма, на яку відведено **120** години, складається з лекційного курсу **8** години та практичних занять – **112** годин. Практичні заняття спрямовані на удосконалення навичок і вмінь засобами легкої атлетики, волейболу, бадмінтону, баскетболу, рухливих ігор, атлетизму; та на формування професійно-прикладних рухових якостей і навичок, які необхідні студентам для попередження стомлення, підвищення працездатності і прискорення її відновлення як в умовах навчання в університеті, так і майбутній професійній діяльності.

Основними видами навчальної роботи з фізичного виховання для всіх учбових відділень є лекції та практичні заняття. Практичні заняття, передбачені даною програмою проводяться тільки зі студентами основного та підготовчого медичного відділення. Програмою передбачено складання державних тестів і нормативних оцінок фізичної підготовленості студентів (постанова Кабінету Міністрів України від 15 січня 1996 року № 80) двічі на рік: на початку та закінченні навчального року.

З метою стимулювання систематичної та самостійної роботи, підвищення об'єктивної оцінки знань, запровадження здорової конкуренції між студентами у навчанні, виявленні і розвитку їхніх творчих здібностей, у програму впроваджено систему модульного підсумкового контролю та оцінки знань і визначення рейтингу студентів. Для оцінки результатів фізичного виховання студентів наприкінці навчального року передбачено заліки.

«Фізичне виховання» спрямоване на формування таких загальних компетентностей:

ЗК 7. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 9. Здатність працювати в команді.

ЗК 10. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

Їх досягнення сприяє формуванню інтегральної компетентності: здатності розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у галузі професійної правничої діяльності або у процесі навчання, що передбачає застосування правових доктрин, принципів і правових інститутів і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

2. Передумови для вивчення дисципліни

Фізичне виховання не вимагає попереднього опанування інших навчальних дисциплін. Водночас, виконання програми фізичного виховання пов'язане з відсутністю медичних показників.

3. Результати навчання за дисципліною

Результатами навчання за дисципліною «Фізичне виховання» є:

ПРН 17. Працювати в групі, формуючи власний внесок у виконання завдань групи.

4. Критерії оцінювання результатів навчання

Шкала ЄКТС	Критерії оцінювання навчальних досягнень студента
90-100	"Відмінно" - навчальна діяльність високої якості. Теоретичний і практичний курс освоєно повністю. Усі теоретичні та практичні завдання програми виконані на максимальний бал.
82-89	"Дуже добре" - навчальна діяльність високої якості. Більшість теоретичних та практичних завдань програми виконані на максимальний бал.
74-81	"Добре" - навчальна діяльність якісна та відповідає більшості вимог. Деякі практичні навички сформовані недостатньо.
64-73	"Задовільно" - навчальна діяльність якісна та відповідає вимогам програми. Практичні навички сформовані недостатньо.
60-63	«Посередньо»-навчальна діяльність не відповідає більшості вимог. Набуті мінімальні практичні навички. Навчальні завдання, передбачені програмою або не виконані, або виконані на дуже низькому рівні.
35-59	«Незадовільно» (з можливістю перездачі)- навчальна діяльність низької якості. Теоретичний курс освоєний частково, більшість передбачених навчальною програмою завдань не виконано. При додатковій роботі можливе підвищення якості оволодіння навчальною дисципліною.
1-34	«Незадовільно» (без можливості перездачі) – навчальна діяльність низької якості та не відповідає вимогам. Теоретичний зміст курсу не освоєно, практичні навички не сформовані.

Розподіл балів

Поточний контроль та самостійна робота												Семестр	Сума
Розділ 1				Розділ 2				Розділ 3					
T1	T2	T3	T4	T1	T2	T3	T4	T1	T2	T3	T4		100
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
T5	T6	T7	T8	T5	T6	T7	T8	T5	T6	T7	T8		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
T9	T10			T9	T10								
1	1			1	1								
Держ.тест			Ктест	Ктест				Ктест					
5			5	5				7				50	
Розділ 4				Розділ 5				Розділ 6					
T1	T2	T3	T4	T1	T2	T3	T4	T1	T2	T3	T4		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
T5	T6	T7	T8	T5	T6	T7	T8	T5	T6	T7	T8		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
T9				T9	T10								
1				1	2								
			Ктест			Ктест		Ктест	Держ.тест				
			6			6		6	4			50	

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності		Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
			для екзамену, заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100		A	відмінно
82 - 89		B	добре
74 - 81		C	
64 - 73		D	
60 - 63		E	задовільно
35-59		FX	незадовільно з можливістю повторного складання
1 - 34		F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

5. Засоби діагностики результатів навчання

1. Завдання для поточного (модульного) контролю по розділам (додаток 1);
2. Питання (завдання) для підсумкового контролю (якщо залік передбачений навчальним планом) (додаток 2).
3. Державне тестування з фізичної підготовленості.

Контрольне тестування до розділу «Легка атлетика»

1 курс

Види нормативів	Чоловіки			Жінки		
	3	4	5	3	4	5
Спортивна ходьба, без урахування часу	1000 м на виконання техніки			500 м на виконання техніки		
Стрибки у довжину(з місця)	1.85	1.95	2.10	1.65	1.80	1.95
Метання м'яча, м	45	50	55	30	35	40

Контрольне тестування до розділу «Волейбол»

1 курс

	Назва нормативу	Стать	3	4	5
1	Передача м'яча зверху двома руками у парах, к-ть передач	Дів.	8	12	15
		Хл.	10	15	20
2	Передача м'яча знизу двома руками у парах, к-ть передач	Дів.	8	12	15
		Хл.	10	15	20
3	Нижня подача м'яча у задану зону, к-ть подач	Дів.	3	5	7
		Хл.	4	7	10

Контрольне тестування до розділу «Бадмінтон»

1 курс

	Назва нормативу	3	4	5
1	Коротка подача	3	4	5
		3	4	
2	Нападаючий удар	3	4	5

Контрольне тестування до розділу «Баскетбол»

1 курс

	Назва нормативу	3	4	5
1	Слалом 2х9м з веденням м'яча між 4 стійками, які розташовані одна від одної на відстані 3 м, сек. (при вірному виконанні техніки)	дів. 9.2 хл. 8.9	8.7 8.5	8.4 8,2
2	Передача м'яча двома руками від грудей між двома партнерами з відстані 4м, к-ть передач	дів. хл.	18 19	20 21
3	Кидки з місця, стоячи на відстані 1 м від кільця під кутом 45°. Виконати 5 кидків підряд з правого, а потім 5 кидків підряд з лівого боку, отримуючи м'яч від партнера, к-ть влучань (при вірному виконанні техніки)	дів. 2 хл. 3	3 4	4 5

Контрольне тестування до розділу «Рухливі ігри»

1 курс

	Назва нормативу	3	4	5
1	Проведення рухливих ігор для мол. віку	1	2	3
2	Кількість влучань биткою по м'ячу (з 5 раз)	1 2	2 3	3 4

Контрольне тестування до розділу «Атлетизм»

1 курс

	Назва нормативу	Стать	3	4	5
1	Утримання «Планки», упор в положенні лежачи, руки зігнуті в ліктях.	Дів. Хл.	30 с 45с	45с 60с	60с 75с
2	«Бурпі» (кількість разів за 1хв.)	Дів. Хл.	7 10	10 12	12 15

6. Програма навчальної дисципліни

- **Легка атлетика**
- **Волейбол**
- **Атлетизм**
- **Баскетбол**
- **Рухливі ігри**
- **Бадмінтон**

7.1 Інформаційний зміст навчальної дисципліни

РОЗДІЛ 1. Легка атлетика

Тема 1. Легка атлетика, як наукова та навчальна дисципліна, класифікація легкоатлетичних вправ.

Тема 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ, техніка спортивної ходьби та бігових видів.

Тема 3. Удосконалення техніки виконання легкоатлетичних вправ. Спринтерський біг.

Тема 4. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами легкої атлетики. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.

Тема 5. Основи техніки легкоатлетичних стрибків і метань. Розвиток фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет з використанням стрибків та метань.

Тема 6. Особливості техніки метання з кидкових кроків.

Тема 7. Особливості техніки метання м'яча з повного розбігу.

Тема 8. Особливості техніки кросового бігу.

Тема 9. Удосконалення техніки виконання легкоатлетичних вправ.

Тема 10. Складання контрольних нормативів з легкої атлетики

РОЗДІЛ 2. Волейбол

Тема 1. Правила техніки безпеки на заняттях. Методика проведення підготовчої частини заняття з волейболу.

Тема 2. Класифікація способів передач м'яча у волейболі.

Тема 3. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами волейболу. Розвиток фізичних якостей за допомогою ігор з м'ячем.

Тема 4. Послідовність вивчення техніки прийому м'яча зверху. Класифікація прийомів техніки гри у нападі.

Тема 5. Класифікація способів переміщень у захисті. Права та обов'язки суддів на майданчику під час гри у волейбол.

Тема 6. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами волейболу. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою ігор та естафет з м'ячем.

Тема 7. Послідовність вивчення техніки переміщень. Класифікація способів нападаючих ударів. Функції гравців.

Тема 8. Класифікація прийомів техніки гри у нападі. Положення про змагання. Права та обов'язки суддів за столиком під час гри.

Тема 9. Значення спеціальних вправ у технічній підготовці волейболістів. Положення щодо проведення змагань у волейболі. Жести суддів у волейболі.

Тема 10. Розвиток фізичних та морально-вольових якостей за допомогою волейболу. Складання контрольних нормативів з волейболу.

РОЗДІЛ 3. Бадмінтон

Тема 1. Правила техніки безпеки на заняттях. Ознайомлення з правилами гри у бадмінтон.

Тема 2. Удосконалення техніки виконання короткої, високодалекої та плоскої подачі.

Тема 3. Удосконалення техніки виконання нападаючих ударів: смеша та плоского.

Тема 4. Удосконалення техніки виконання високодалекого, плоского ударів та відкидки. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.

Тема 5. Удосконалення техніки виконання ударів закритою ракеткою. Розвиток фізичних якостей за допомогою рухливих ігор.

Тема 6. Класифікація способів переміщення на корті. Гра в бадмінтон.

Тема 7. Вивчення тактичних схем в одиночні, парній та змішаній іграх. Гра в бадмінтон.

Тема 8. Складання контрольних нормативів з бадмінтону(подачі, нападаючі удари).

РОЗДІЛ 4. Баскетбол

Тема 1. Правила техніки безпеки на заняттях. Методика проведення підготовчої частини заняття з баскетболу.

Тема 2. Класифікація способів передач м'яча у баскетболі.

Тема 3. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами баскетболу. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.

Тема 4. Удосконалення техніки прийомів гри у нападі.

Тема 5. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами баскетболу. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.

Тема 6. Удосконалення техніки прийомів гри у нападі та захисті.

Тема 7. Удосконалення техніки прийомів гри.

Тема 8. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами баскетболу. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.

Тема 9. Складання контрольних нормативів з фізичної та технічної підготовки.

РОЗДІЛ 5. Рухливі ігри

Тема 1. Техніка безпеки на заняттях з рухливих ігор. Удосконалення методики проведення рухливих ігор для молодшого шкільного віку.

Тема 2. Вплив рухливих ігор на організм людини.

Тема 3. Класифікація рухливих ігор та естафет за віком.

Тема 4. Рухливі ігри як засіб заохочення до занять фізичним вихованням.

Тема 5. Класифікація рухливих ігор за місцем проведення.

Тема 6. Удосконалення методики проведення рухливих ігор на свіжому повітрі.

Тема 7. Рухливі ігри з елементами видів спорту.

Тема 8. Оздоровче та виховне значення естафет.

Тема 9. Самоконтроль на заняттях рухливими іграми.

Тема 10. Рухливі ігри як засіб розвитку уваги. Складання контрольних нормативів з рухливих ігор.

Тема 11. Удосконалення методики проведення рухливих ігор. Державне тестування.

РОЗДІЛ 6. Атлетизм

Тема 1. Правила техніки безпеки на заняттях. Методика проведення підготовчої частини заняття з атлетизму.

Тема 2. Ознайомлення з видами спортивних споряджень та інвентарю. Вправи на розвиток сили рук.

Тема 3. Вивчення принципів самоконтролю в атлетизмі(вибір ваги, відпочинку між вправами, дихання під час виконання вправ, поступове зростання навантаження).

Тема 4. Вивчення основних тренувальних принципів. Базові та ізолюючі вправи. Принципи збалансованого харчування.

Тема 5. Вивчення техніки виконання вправ на тренажерах для розвитку сили нижніх кінцівок.

Тема 6. Вивчення техніки виконання вправ на тренажерах для розвитку сили верхнього плечового поясу.

Тема 7. Вивчення техніки виконання вправ на тренажерах для розвитку сили спини.

Тема 8. Складання контрольних нормативів.

7.2. Структура та обсяг навчальної дисципліни

Назви розділів і тем	Кількість годин		
	денна форма навчання		
	у тому числі:		
	лекції	практичні	сам. роб.
Тема 1. 1. Фізична культура як навчальна дисципліна у ЗВО. Значення фізичної культури в житті людини. Гігієнічні основи фізичного виховання.	2		
Тема 1. 2. Теоретичні аспекти засобів підвищення занять із фізичної культури.	2		
Тема 1. 3. Позааудиторні форми побудови занять у фізичному вихованні.	2		
Тема 1. 4. Теоретичні та практичні умови формування всебічно розвиненої особистості засобами фізичної культури і спорту.	2		
РОЗДІЛ 1. Легка атлетика			
Тема 1. Легка атлетика, як наукова та навчальна дисципліна, класифікація легкоатлетичних вправ.		2	
Тема 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ, техніка спортивної ходьби та бігових видів.		2	
Тема 3. Удосконалення техніки виконання легкоатлетичних вправ. Спринтерський біг.		2	
Тема 4. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами легкої атлетики. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.		2	
Тема 5. Основи техніки легкоатлетичних стрибків і метань. Розвиток фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет з використанням стрибків та метань.		2	
Тема 6. Особливості техніки метання з кидкових кроків.		2	
Тема 7. Особливості техніки метання м'яча з повного розбігу.		2	
Тема 8. Особливості техніки кросового бігу.		2	
Тема 9. Удосконалення техніки виконання легкоатлетичних вправ.		2	

Тема 10. Складання контрольних нормативів з легкої атлетики		2	
		20	
РОЗДІЛ 2. Волейбол			
Тема 1. Правила техніки безпеки на заняттях. Методика проведення підготовчої частини заняття з волейболу.		2	
Тема 2. Класифікація способів передач м'яча у волейболі.		2	
Тема 3. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами волейболу. Розвиток фізичних якостей за допомогою ігор з м'ячем.		2	
Тема 4. Послідовність вивчення техніки прийому м'яча зверху. Класифікація прийомів техніки гри у нападі.		2	
Тема 5. Класифікація способів переміщень у захисті. Права та обов'язки суддів на майданчику під час гри у волейбол.		2	
Тема 6. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами волейболу. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою ігор та естафет з м'ячем.		2	
Тема 7. Послідовність вивчення техніки переміщень. Класифікація способів нападаючих ударів. Функції гравців.		2	
Тема 8. Класифікація прийомів техніки гри у нападі. Положення про змагання. Права та обов'язки суддів за столиком під час гри.		2	
Тема 9. Значення спеціальних вправ у технічній підготовці волейболістів. Положення щодо проведення змагань у волейболі. Жести суддів у волейболі.		2	
Тема 10. Розвиток фізичних та морально-вольових якостей за допомогою волейболу. Складання контрольних нормативів з волейболу.		2	
		20	
РОЗДІЛ 3. Бадмінтон			
Тема 1. Правила техніки безпеки на заняттях. Ознайомлення з правилами гри у бадмінтон.		2	
Тема 2. Удосконалення техніки виконання короткої, високодалекої та плоскої подачі.		2	
Тема 3. Удосконалення техніки виконання нападаючих ударів: смеша та плоского.		2	
Тема 4. Удосконалення техніки виконання високодалекого, плоского ударів та відкидки.		2	

Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.			
Тема 5. Удосконалення техніки виконання ударів закритою ракеткою. Розвиток фізичних якостей за допомогою рухливих ігор.		2	
Тема 6. Класифікація способів переміщення на корті. Гра в бадмінтон.		2	
Тема 7. Вивчення тактичних схем в одиночні, парній та змішаній іграх. Гра в бадмінтон.		2	
Тема 8. Складання контрольних нормативів з бадмінтону(подачі, нападаючі удари).		2	
		16	
РОЗДІЛ 4. Баскетбол			
Тема 1. Правила техніки безпеки на заняттях. Методика проведення підготовчої частини заняття з баскетболу.		2	
Тема 2. Класифікація способів передач м'яча у баскетболі.		2	
Тема 3. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами баскетболу. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.		2	
Тема 4. Удосконалення техніки прийомів гри у нападі.		2	
Тема 5. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами баскетболу. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.		2	
Тема 6. Удосконалення техніки прийомів гри у нападі та захисті.		2	
Тема 7. Удосконалення техніки прийомів гри.		2	
Тема 8. Удосконалення техніки виконання вправ з елементами баскетболу. Сприяння розвитку фізичних якостей за допомогою рухливих ігор та естафет.		2	
Тема 9. Складання контрольних нормативів з фізичної та технічної підготовки.		2	
		18	
РОЗДІЛ 5. Рухливі ігри			
Тема 1. Техніка безпеки на заняттях з рухливих ігор. Удосконалення методики проведення рухливих ігор для молодшого шкільного віку.		2	
Тема 2. Вплив рухливих ігор на організм людини.		2	
Тема 3. Класифікація рухливих ігор та естафет за		2	

віком.			
Тема 4. Рухливі ігри як засіб заохочення до занять фізичним вихованням.		2	
Тема 5. Класифікація рухливих ігор за рівнем фізичного навантаження.		2	
Тема 6. Удосконалення методики проведення рухливих ігор на свіжому повітрі.		2	
Тема 7. Рухливі ігри з елементами видів спорту.		2	
Тема 8. Оздоровче та виховне значення естафет.		2	
Тема 9. Самоконтроль на заняттях рухливими іграми.		2	
Тема 10. Рухливі ігри як засіб розвитку уваги. Складання контрольних нормативів з рухливих ігор.		4	
		22	
РОЗДІЛ 6. Атлетизм			
Тема 1. Правила техніки безпеки на заняттях. Методика проведення підготовчої частини заняття з атлетизму.		2	
Тема 2. Ознайомлення з видами спортивних споряджень та інвентарю. Вправи на розвиток сили рук.		2	
Тема 3. Вивчення принципів самоконтролю в атлетизмі(вибір ваги, відпочинку між вправами, дихання під час виконання вправ, поступове зростання навантаження).		2	
Тема 4. Вивчення основних тренувальних принципів. Базові та ізолюючі вправи. Принципи збалансованого харчування.		2	
Тема 5. Вивчення техніки виконання вправ на тренажерах для розвитку сили нижніх кінцівок.		2	
Тема 6. Вивчення техніки виконання вправ на тренажерах для розвитку сили верхнього плечового поясу.		2	
Тема 7. Вивчення техніки виконання вправ на тренажерах для розвитку сили спини.		2	
Тема 8. Складання контрольних нормативів.		2	
		16	
	8	112	

8. Рекомендовані джерела інформації

Базова

1. Бабушкін В.З. Баскетбол у вузі. Навчальний посібник для студентів технічних вузів. – Харків, «Основа», 1992.
2. Бадмінтон – наглядное пособие под ред. Бутакова Л.В.

3. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: Физкультура и спорт, 1982.
4. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений: Учебное пособие.- М.:Терра-Спорт, 2002.
5. Гогін О.В. Легка атлетика. /Курс лекцій для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних навчальних закладів.- Харків «ОВС» ,2001.
6. Сахнов Б.И Бадминтон: правила игры и рекомендации для судей /Сахнов Б.И., Федорищев И.Ф., Полешиков М.М., Петрунин А.В. 2-е изд. доп. – М. –2013. – 38с.
7. Рибалка Ольга Іванівна. Застосування рухливих ігор на заняттях з легкої атлетики: Метод. рекомен./ О.І.Рибалка, Н.Б.Іванова.- Запоріжжя: ЗНУ, 2005.- 55с.

Допоміжна

8. Андросчук Н.В. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні школярів – Тернопіль: підручник і посібник, 2001 – 144с.
9. Ашанин В.С. Аудиовизуальная информационная программа, как средство обучения командным действиям в баскетболе / В.С. Ашанин, И.П. Помещикова, С.С. Помещиков // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків: ХДАФК, 2009. – № 1. – С. 167–171.
10. Деминский А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания: Учеб.пособ.для институтов и факультетов физического воспитания.– Донецк: Донеччина, 1995.– 520с.
11. Демчишин А.П., Артюх З. М., Демчишина В. А., Фалес І.Г. Рухливі та спортивні ігри у школі: посібник для вчителя. – К.: Освіта, 1992.
12. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте. -1991. – 206 с.
13. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 448 с.
14. Москатова А.К. Гармония и здоровье: Учебное пособие по валеологии для студентов, магистров, аспирантов и преподавателей. М.: РГАФК, 1999.
15. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: Теория и методика.- Ростов на Дону, Феникс, 2002.
16. Поплавский Л.Ю. Баскетбол / Л.Ю. Поплавский. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 447 с.
17. Сахнов Б.И Бадминтон: правила игры и рекомендации для судей /Сахнов Б.И., Федорищев И.Ф., Полешиков М.М., Петрунин А.В. 2-е изд. доп. – М. –2013. – 38с.
18. Спортивні свята / упоряд. Н.Черненко. – К.: Шк. світ, 2008. – 128с.

19. Сценарії спортивних свят / упоряд. Н.Черненко. – К.: Шк. світ, 2009. – 112с.
20. Сушко Р.О. Змагальна діяльність висококваліфікованих гравців у баскетболі / Сушко Р.О., Мітова О.О., Дорошенко Е.Ю. – Дніпропетровськ: НВП Інтерсервіс. – 2014, 162 с.
21. Швайко Л.Г. Розгорнуті плани-конспекти уроків з баскетболу у 5-7 класах. Методичний посібник для вчителів фізичної культури, керівників спортивних секцій, студентів фізкультурних спеціальностей вузів / Л.Г.Швайко. - Мінськ: Адукация і вихаванне, 2008. – 112с.
22. Холодов Ж. К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта. – М.: Academia, 2001. – 144с.

Інформаційні ресурси:

1. [http](http://www.anriintern.com/slovari) [HYPERLINK "http://www.anriintern.com/slovari"://](http://www.anriintern.com/slovari)
[HYPERLINK "http://www.anriintern.com/slovari"www](http://www.anriintern.com/slovari) [HYPERLINK](http://www.anriintern.com/slovari)
["http://www.anriintern.com/slovari".](http://www.anriintern.com/slovari) [HYPERLINK](http://www.anriintern.com/slovari)
["http://www.anriintern.com/slovari"anriintern](http://www.anriintern.com/slovari) [HYPERLINK](http://www.anriintern.com/slovari)
["http://www.anriintern.com/slovari".](http://www.anriintern.com/slovari) [HYPERLINK](http://www.anriintern.com/slovari)
["http://www.anriintern.com/slovari"com](http://www.anriintern.com/slovari) [HYPERLINK](http://www.anriintern.com/slovari)
["http://www.anriintern.com/slovari/"](http://www.anriintern.com/slovari/) [HYPERLINK](http://www.anriintern.com/slovari)
["http://www.anriintern.com/slovari"slovari](http://www.anriintern.com/slovari) – словники.
- [http](http://www.bestreferat.com/) [HYPERLINK "http://www.bestreferat.com/"://](http://www.bestreferat.com/)
[HYPERLINK "http://www.bestreferat.com/"www](http://www.bestreferat.com/) [HYPERLINK](http://www.bestreferat.com/)
["http://www.bestreferat.com/".](http://www.bestreferat.com/) [HYPERLINK](http://www.bestreferat.com/)
["http://www.bestreferat.com/"bestreferat](http://www.bestreferat.com/) [HYPERLINK](http://www.bestreferat.com/)
["http://www.bestreferat.com/".](http://www.bestreferat.com/) [HYPERLINK](http://www.bestreferat.com/)
["http://www.bestreferat.com/"com](http://www.bestreferat.com/) – Б-ка ім. Вернадського
- [http](http://www.chat.ru/~magistr2) [HYPERLINK "http://www.chat.ru/~magistr2"://](http://www.chat.ru/~magistr2)
[HYPERLINK "http://www.chat.ru/~magistr2"www](http://www.chat.ru/~magistr2) [HYPERLINK](http://www.chat.ru/~magistr2)
["http://www.chat.ru/~magistr2".](http://www.chat.ru/~magistr2) [HYPERLINK](http://www.chat.ru/~magistr2)
["http://www.chat.ru/~magistr2"chat](http://www.chat.ru/~magistr2) [HYPERLINK](http://www.chat.ru/~magistr2)
["http://www.chat.ru/~magistr2".](http://www.chat.ru/~magistr2) [HYPERLINK](http://www.chat.ru/~magistr2)
["http://www.chat.ru/~magistr2"ru](http://www.chat.ru/~magistr2) [HYPERLINK](http://www.chat.ru/~magistr2)
["http://www.chat.ru/~magistr2"/~](http://www.chat.ru/~magistr2/) [HYPERLINK](http://www.chat.ru/~magistr2)
["http://www.chat.ru/~magistr2"magistr](http://www.chat.ru/~magistr2) [HYPERLINK](http://www.chat.ru/~magistr2)
["http://www.chat.ru/~magistr2"2](http://www.chat.ru/~magistr2) – Б-ка ім.Вернадського
- [http](http://www.eu2000.odessa.ua/) [HYPERLINK "http://www.eu2000.odessa.ua/"://](http://www.eu2000.odessa.ua/)
[HYPERLINK "http://www.eu2000.odessa.ua/"www](http://www.eu2000.odessa.ua/) [HYPERLINK](http://www.eu2000.odessa.ua/)

- "http://www.eu2000.odessa.ua/". HYPERLINK
- "http://www.eu2000.odessa.ua/"eu HYPERLINK
- "http://www.eu2000.odessa.ua/"2000. HYPERLINK
- "http://www.eu2000.odessa.ua/"Odessa HYPERLINK
- "http://www.eu2000.odessa.ua/". HYPERLINK
- "http://www.eu2000.odessa.ua/"ua – Б-ка ім.Вернадського
- http HYPERLINK "http://www.referatov.net/"://
HYPERLINK "http://www.referatov.net/"www HYPERLINK
- "http://www.referatov.net/". HYPERLINK
- "http://www.referatov.net/"referatov HYPERLINK
- "http://www.referatov.net/". HYPERLINK
- "http://www.referatov.net/"net – Б-ка ім. Вернадського

**9. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення,
використання яких передбачає навчальна дисципліна**

Обладнання: спеціалізований ігровий майданчик; м'ячі медицинбол; фішки; скакалки; карімат; стійки; бар'єри різновисокі; штанга; гирі; еспандер гумовий; гантелі різної ваги.