

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ТА ТУРИЗМУ  
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Декан \_\_\_\_\_ факультету

\_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (ініціали та прізвище)  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022

**Теорія і методика фізичного виховання і спорту**  
(назва навчальної дисципліни)  
**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

підготовки **БАКАЛАВРА**  
очної (денної) форм здобуття освіти  
спеціальності 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ  
освітні програми Фізичне виховання,  
Спорт, Фітнес та рекреація  
014 Середня освіта (фізична культура)  
освітня програма Середня освіта (фізична культура)

**Укладач /Укладачі: Коваленко Ю.О., к.пед.н., доцент кафедри теорії та методики  
фізичної культури і спорту**

Обговорено та ухвалено  
на засіданні  
кафедри \_\_\_\_\_

—  
Протокол № \_\_\_\_\_ від “ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 202\_ р.  
Завідувач  
кафедри \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (ініціали, прізвище)

Ухвалено науково-методичною радою  
факультету \_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_\_\_ від “ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 202\_ р.  
Голова науково-методичної ради  
факультету \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (підпис) — \_\_\_\_\_ (ініціали, прізвище)

Погоджено  
з навчально-методичним відділом

\_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (ініціали, прізвище)

2022 рік

## 1. Опис навчальної дисципліни

1	2	3	
<b>Галузь знань, спеціальність, освітня програма рівень вищої освіти</b>	<b>Нормативні показники для планування і розподілу дисципліни на змістові модулі</b>	<b>Характеристика навчальної дисципліни</b>	
		очна (денна) форма здобуття освіти	заочна (дистанційна) форма здобуття освіти
Галузь знань 01 «Освіта»	Кількість кредитів – 4	<b>Цикл обов'язкових дисциплін</b>	
		<b>Цикл дисциплін загальної підготовки</b>	
<b>Спеціальність 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ 014 Середня освіта (фізична культура)</b>	Загальна кількість годин – 240	<b>Семестр:</b>	
		2-й	-й
<b>Освітні програми Фізичне виховання, Спорт, Фітнес і рекреація Середня освіта (фізична культура)</b>	Змістових модулів – 6	<b>Лекції</b>	
		32 год.	год.
		<b>Практичні заняття</b>	
Рівень вищої освіти: <b>бакалаврський</b>	Кількість поточних контрольних заходів – 22	32год.	год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		78 год.	год.
		<b>Вид підсумкового семестрового контролю: залік</b>	

## **2. Мета та завдання навчальної дисципліни**

**Метою вивчення дисципліни** «Теорія і методика фізичного виховання і спорту» є набуття професійних компетентностей фахівця щодо усвідомлення сутності фізичного виховання як складової частини фізичної культури, оволодіння і оперування основними поняттями фахівця галузі фізичної культури і спорту.

**Завдання вивчення дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»:**

- сформувати систему теоретичних знань з теорії фізичного виховання;
- сформувати навичку розпізнавати, усвідомлювати зміст та уміння користуватися спеціальними термінами і поняттями дисципліни «Теорії та методики фізичного виховання і спорту»;
- навчити користуватись спеціальною додатковою літературою з питань особливостей фізичного виховання як педагогічного процесу;
- усвідомлювати значення фізичних вправ, як основного засобу фізичного виховання;
- уміти добирати методи навчання у фізичному вихованні;
- уміти реалізовувати принципи навчання у фізичному вихованні;
- знати структуру навчання у фізичному вихованні.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен набути таких результатів навчання та компетентностей:

Заплановані робочою програмою результати навчання та компетентності	Методи і контрольні заходи
1	2
<p><u>Результати навчання:</u> сформувати уміння:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- розпізнавати спеціальні терміни і поняття галузі фізичної культури та спорту;</li> <li>- користуватись спеціальною додатковою літературою з питань фізичного виховання різних верств населення;</li> <li>- використовувати основні поняття з дисципліни в яких відображені головні, істотні ознаки фізичного виховання;</li> <li>- застосовувати засоби фізичного виховання і здійснювати вплив на людину з метою фізичного вдосконалення та оздоровлення;</li> <li>- визначити найбільш загальні принципи побудови процесу фізичного виховання;</li> <li>- добирати методи взаємодії діяльності учнів і вчителя спрямованих на вирішення навчально-виховних завдань;</li> <li>- законспектувати фізіологічну характеристику формування рухової навички;</li> <li>- розробити схему навчання руховим діям відповідно з вирішенням завдань фізичного виховання.</li> </ul> <p>Загальні компетентності:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</li> <li>2. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</li> <li>3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства,</li> </ol>	<p>Методи проблемного навчання; ігрове моделювання; ділові ігри; портфолію; аналіз конкретних ситуацій (кейс-метод); навчання через Інтернет, контроль – тестування.</p>

<p><i>техніки і технологій.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. <i>Здатність працювати в команді.</i></li> <li>5. <i>Здатність планувати та управляти часом.</i></li> <li>6. <i>Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</i></li> <li>7. <i>Здатність спілкуватися іноземною мовою.</i></li> <li>8. <i>Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</i></li> <li>9. <i>Навички міжособистісної взаємодії.</i></li> <li>10. <i>Здатність бути критичним і самокритичним.</i></li> <li>11. <i>Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</i></li> <li>12. <i>Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</i></li> </ol> <p><i>Спеціальні компетентності:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості</i></li> <li>2. <i>Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</i></li> <li>3. <i>Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</i></li> <li>6. <i>Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.</i></li> <li>7. <i>Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури і спорту.</i></li> <li>8. <i>Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичного виховання, зокрема спортивно-масову та туристичну роботу з різновіковим контингентом населення.</i></li> </ol>	
---	--

### **Міждисциплінарні зв'язки.**

Навчальна дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання і спорту» має тісний зв'язок з дисциплінами обов'язкової компоненти освітньо-професійної програми.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

**Змістовий модуль 1.** Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна

Сутність і причини виникнення фізичного виховання у суспільстві. Характеристика ТМФВ як навчальної і наукової дисципліни. Предмет теорії фізичного виховання. Джерела і

етапи розвитку ТМФВ. Оцінка фізичного розвитку – місцеві, регіональні таблиці. Вікові періоди. Критерії вікової періодизації. Фізична підготовленість. Основа нормативної оцінки фізичної підготовленості. Фізичне виховання. Оздоровчі завдання фізичного виховання. Виховні завдання фізичного виховання. Освітні завдання фізичного виховання. Фізична підготовка. ЗФП (до праці взагалі), СФП (до конкретного виду діяльності). Фізична освіта. Показники фізичної освіти. Фізична досконалість. Показники фізичної досконалості. Рухова активність. Норми рухової активності. Фізична культура. Показниками досягнень у галузі фізичної культури.

### **Змістовий модуль 2. Засоби фізичного виховання.**

Загальна характеристика засобів фізичного виховання. Визначення понять «рух», «рухова дія», «фізична вправа». Рухова діяльність. Предмет навчання у фізичному вихованні. Формування рухової дії: знання, попередній руховий досвід, рівень розвитку фізичних якостей, засвоєння раціонального способу її виконання шляхом багаторазового повторення. Програма з фізичної культури. Фізичні вправи – основний і специфічний засіб фізичного виховання. Допоміжні засоби фізичного виховання. Гігієнічні фактори Засоби, що забезпечують життєдіяльність людини поза процесом фізичного виховання (норми особистої і суспільної гігієни, навчання, праці, побуту, відпочинку, харчування). Засоби, що включаються в процес фізичного виховання (оптимізація навантажень і відпочинку відповідно до гігієнічних норм; створення зовнішніх умов для занять фізичними вправами – чистота повітря, освітленість, зручність одягу; відновлення після них – лазня, масаж, ультрафіолетове опромінення тощо). Оздоровчі сили природи – сонячні промені, повітря і вода. Особливості виборчого, комплексного і ситуаційного використання засобів. Використання природних сил у процесі фізичного виховання за 2-ма напрямками.

### **Змістовий модуль 3. Основи навчання у фізичному вихованні**

Особливості навчання у фізичному вихованні, визначення поняття. Основним завданням навчання в процесі фізичного виховання. Особливостями навчання руховим діям у фізичному вихованні. Активна рухова діяльність учнів, як необхідна умова оволодіння навчальним матеріалом. Диференційний підхід з урахуванням фізичної підготовленості, віку, статі. Виховання самостійності у виконанні рухових дій. Етапи оволодіння руховими діями. Поняття про рухове вміння, його ознаки. Умови формування рухового вміння. Характеристика ознак рухового вміння – неавтоматизоване керування рухами, свідоме керування рухами, наявність зайвих рухів, скутість рухів, нестабільність та неекономність рухів, швидка втома, невисока швидкість виконання рухів. Перехід від рухового вміння до рухової навички. Умови переходу від рухового вміння до рухової навички.

### **Змістовий модуль 4. Методи фізичного виховання**

Визначення вихідних понять: «метод», «методичний прийом», «методика», «методичний підхід». Вимоги до відбору методів навчання у фізичному вихованні. Педагогічне завдання, особливості змісту навчального матеріалу, рівень підготовленості учнів, зовнішні конкретні умови. Професійний рівень вчителя. Методична й технічна підготовленість. Загальні вимоги до вибору методів навчання. Словесні методи – розповідь, бесіда, роз'яснення, вказівка, завдання, команда, підрахунок, оцінка, самооцінка, самонакази, самопроговорювання, усні повідомлення-звіти (методи з використанням зовнішньої та внутрішньої мови). Наочні методи – показ руху – безпосередній і показ за допомогою ілюстрованих посібників. Практичні методи – метод суворо-регламентованої вправи (розучування вправи в цілому та по частинах). Методи частково-регламентованої вправи (змагальний та ігровий методи).

### **Змістовий модуль 5. Принципи навчання у фізичному вихованні**

Класифікація принципів, взаємозв'язок принципів. Визначення поняття «принцип». Зміст і сутність принципу. Основні вимоги реалізації принципу у фізичному вихованні. Взаємозв'язок принципів і навчання рухам та виховання фізичних якостей. Активність у навчанні. Умови, при яких розвивається активність. Умови, при яких розвивається свідомість. Загальні вимоги до принципу свідомості і активності. Формування свідомого відношення до занять. Стимулювання свідомого відношення до аналізу, самоконтролю і раціональному використанню сили при виконанні фізичних вправ. Виховання самостійності, ініціативності і творчого відношення до фізичного вдосконалення.

### Змістовий модуль 6 Структура процесу навчання рухових дій

Визначення структури педагогічного процесу навчання фізичним вправам. Характеристика етапів навчання. Дидактичний цикл навчання. Тривалість етапів. Етап початкового розучування рухової дії. Структура (умовний розподіл) педагогічного процесу навчання фізичним вправам. Назва етапу. Мета етапу та завдання. Особливості етапу початкового розучування рухової дії: осмислення завдань навчання; складання проекту рішення завдань; спроба виконати рухову дію. Створення загальної уяви про рухову дію і надання установки на оволодіння нею. Початкове розучування рухових дій, що мають складну структуру. Перерви між заняттями. Постановка рухового завдання. Формування зорово-логічної уяви. Засоби і методи навчання. Причини виникнення помилок при виконанні рухової дії. Доцільні відхилення. Недоліки у методиці викладання. Правила виправлення помилок.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Змістовий модуль	Усього годин	Аудиторні (контактні) години					Самостійна робота, год		Система накопичення балів			
		Усього годин		Лекційні заняття, год		Семінарські, год		о/д ф.	з/дист ф.	Теор. зав-ня, к-ть балів	Практ. зав-ня, к-ть балів	Усього балів
		о/д.ф.	з/дист.ф.	о/д ф.	з/дист ф.	о/д ф.	з/дист ф.					
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
		о/д.ф.	з/дист.ф.									
1	26	8		4		4		18				15
2	24	4		2		2		20				10
3	28	8		4		4		20				6
4	28	8		4		4		20				9
Усього за змістові модулі	90	28		14		14		78				60
Підсумковий семестровий контроль залік	20											20
ІДЗ	20							78				40
Загалом		<b>120</b>								<b>100</b>		

**5. Теми лекційних занять**

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин	
		о/д ф.	з/дист ф.
1	2	3	4
1	Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна	6	...
2	Засоби фізичного виховання	4	
3	Основи навчання у фізичному вихованні	4	
4	Методи фізичного виховання	4	
5	Принципи навчання у фізичному вихованні	6	
6	Структура процесу навчання у фізичному вихованні	4	
Разом		32	...

**6. Теми семінарських**

№ змістово го модуля	Назва теми	Кількіст ь годин	
		о/ д ф.	з/дист ф.
1	2	3	4
1	Основні поняття ТМФВ	6	...
2	Характеристика основних засобів фізичного виховання	2	
3	Характеристика допоміжних засобів фізичного виховання	2	
4	Особливості формування рухового уміння	2	
5	Особливості формування рухової навички	2	
6	Словесні, наочні методи у фізичному вихованні	2	
7	Практичні методи у фізичному вихованні	2	
8	Принцип свідомості та активності Принцип наочності	2	
9	Принцип систематичності	2	
10	Принцип поступовості Принцип послідовності Принцип індивідуалізації та диференціації навчання	2	
Разом		32	...



### 7. Види і зміст поточних контрольних заходів

№ змістового модуля	Вид поточного контрольного заходу	Зміст поточного контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	2	3	4	5
1	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	1
	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	1
	Робота у групах: питання-відповідь-дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспекту	Змістовність відповіді	4
	Робота у групах: питання-відповідь-дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспекту	Змістовність відповіді	4
	<i>Індивідуальне письмове</i>	У вигляді презентації	Змістовність	8
<b>Усього за ЗМ 1 контр. заходів</b>	<b>5</b>			<b>15</b>
2	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	1
	Робота у групах: питання-відповідь-дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспекту	Змістовність відповіді	4
	<i>Письмова контрольна робота</i>	У вигляді презентації	Змістовність	7
<b>Усього за ЗМ 2 контр. заходів</b>	<b>3</b>			<b>12</b>
3	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	1
	Робота у групах: питання-відповідь-дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	4

	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	<b>1</b>
<b>Усього за ЗМ 3 контр. заходів</b>	<b>3</b>	...	...	<b>6</b>
4	Робота у групах: питання- відповідь- дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	<b>4</b>
	Робота у групах: питання- відповідь- дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	<b>4</b>
	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	<b>1</b>
	<i>Індивідуальне письмове</i>	У вигляді презентації	Змістовність	<b>8</b>
	<i>Письмова контрольна робота</i>	У вигляді презентації	Змістовність	<b>7</b>
<b>Усього за ЗМ 4 контр. заходів</b>	<b>5</b>	...	...	<b>24</b>
5	Робота у групах: питання- відповідь- дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	<b>4</b>
	Робота у групах: питання- відповідь- дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	<b>4</b>
	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	<b>1</b>
<b>Усього за ЗМ 5 контр. заходів</b>	<b>3</b>			<b>5</b>
	Робота у групах: питання- відповідь- дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	<b>4</b>

	Робота у групах: питання- відповідь- дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	<b>4</b>
	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	<b>1</b>
<b>Усього за ЗМ 6 контр. заходів</b>	<b>3</b>			<b>5</b>
<b>Усього за змістові модулі контр. заходів</b>	<b>22</b>			<b>60</b>

## 8. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	2	3	4	5
<b>Залік</b>	Індивідуальне завдання	Виконання індивідуального завдання із заданої теми, презентаційний (графічний, наочний) матеріал, аудіо- та відеоматеріал, знання дослідженого матеріалу та здатність самостійно проаналізувати та ґрунтовно схарактеризувати матеріал дослідження.	Індивідуальне завдання – максимально 20 балів.	<b>20</b>
	Контрольне завдання	Відповідь на 3 відкриті питання письмово. Проведення аналізу професійного характеру усно.	Контрольні питання – по 4 бали за кожне питання. Аналіз – 8 балів.	<b>20</b>
Усього за підсумковий семестровий контроль				<b>40</b>

## 9. Рекомендована література

### Основна

1. Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О. Теорія і методика фізичного виховання (загальні основи): для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальностей 017 «Фізична культура і спорт», 014 «Середня освіта (фізична культура)», 227 «Фізична терапія, ерготерапія» освітньо-професійних програм «Фізичне виховання», «Спорт», «Фітнес та рекреація», «Середня освіта (фізична культура)», «Фізична терапія, ерготерапія». Запоріжжя : ЗНУ, 2021. 94 с
2. Ашмарина Б. А. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов. Москва : Просвещение, 1979. С. 6-16.
3. Ашмарина Б. А. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов. Москва : Просвещение, 1990. С. 8-12, 24-29.
4. Шиян Б. М. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие для студентов пед. ин-тов и пед. училищ по спец. № 2115 . Москва : Просвещение, 1988. С. 4-11.
5. Матвеева Л. П. Теория и методика физического воспитания : учеб. для ин-тов физ. культуры : в 2 т. : Т. 1: Общие основы теории и методики физ. Воспитания. Москва : Физкультура и спорт, 1976. С. 5-27.
6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підруч. для студ. вузів фіз. виховання і спорту. Ч. 1. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2010. С. 14-40.
7. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры . Москва : Academia, 2001. С. 4-10.

8. Шиян Б. М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2008. 276 с.
9. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта : в 2 т. Київ : Олимпийская литература, 2003. Т. 1 : Общие основы теории и методики физического воспитания. Київ : Олимпийская литература, 2003. С. 9-27.
10. Шамардіна Г. М. Основи теорії та методики фізичного виховання : вибр. лекції . Дніпропетровськ : Пороги, 2007. С. 10-28.

#### **Додаткова**

1. Про фізичну культуру і спорт : закон України за станом на 20 січ. 2010 р. / Верховна Рада України. – Офіц. вид. – Київ : Парламентське вид-во, 2010. С. 1-7.
2. Положення про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України : затв. постановою Кабінету Міністрів України від 15 січня 2014 р. № 80. Київ, 2014. 31 с.
3. Іваненко В. П. Теорія і методика фізичного виховання : навч. посіб. Ч. 1. Черкаси : ЦНТІ, 2005. С. 36-50.
4. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 521900 "Физ. культура" и специальности 022300 / под ред. Ю. Ф. Курамшина. Москва : Советский спорт, 2003. С. 28-39.
5. Шамардіна Г. М. Основи теорії та методики фізичного виховання : вибр. лекції. Дніпропетровськ : Пороги, 2007. С. 62-69.
6. Боген М. М. Обучение двигательным действиям. Москва: Физкультура и спорт, 1985. С. 65-69.
7. Шадрин В. М. Психологические основы формирования двигательного навыка . Казань : Изд. Казанск. ун-та, 1978. 176 с.
8. Коц Я. М. Спортивная физиология : [учеб. для ин-тов физ. Культуры. Москва : Физкультура и спорт, 1986. 239 с.

#### **Інформаційні джерела**

1. Навчальна програма з фізичного виховання для загальноосвітніх навчальних закладів : 5-9 класи / Міністерство освіти і науки України ; Т. Ю. Круцевич, С. М. Дятленко, І. Х. Турчин та ін. – К. : МОНУ, 2010. – 117 с. – Режим доступу: [http://www.mon.gov.ua/newstmp/2009\\_1/17\\_08/prog\\_fiz\\_kult.doc](http://www.mon.gov.ua/newstmp/2009_1/17_08/prog_fiz_kult.doc).
2. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник. Режим доступу: <http://www.ovc.kharkov.ua/sotmfv-2ed.pdf>.
3. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.
4. Інструктивно-методичні рекомендації щодо вивчення предмету «Фізична культура» у 2012-2013 н.р. Режим доступу: [http://www.kmu.gov.ua/control/uk/publish/article?art\\_id=244859529&cat\\_id=244277212](http://www.kmu.gov.ua/control/uk/publish/article?art_id=244859529&cat_id=244277212).
5. Урядовий портал про фізичну культуру. Режим доступу: <http://www.kmu.gov.ua/control/npd/search>.

Погоджено \_\_\_\_\_  
 навчальний відділ  
 «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_