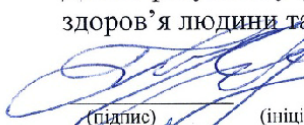


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА ТУРИЗМУ
КАФЕДРА ФІЗИЧНІ КУЛЬТУРИ І СПОРТА

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан факультету фізичного виховання,
здоров'я людини та туризму


(підпис) Маліков М.В.
« 31 » 08 2021 р. (ініціали та прізвище)

Фізичне виховання

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
підготовки бакалаврів
очної(денної) та заочної(дистанційної) форм здобуття освіти

спеціальності 016 Спеціальна освіта
освітньо-професійна програма Логопедія

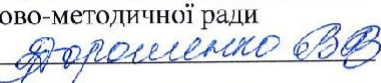
Укладач: Дядечко Ігор Євгенович, к. н.з фіз. вих. та спорту,
доцент кафедри фізичної культури та спорту

Обговорено та ухвалено
на засіданні кафедри фізичного виховання,
здоров'я людини та туризму
Протокол № 1 від "30" 08 2021 р.
Завідувач кафедри

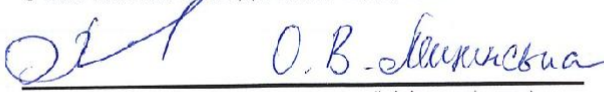

(підпис) (ініціали, прізвище)

Ухвалено науково-методичною радою
факультету фізичного виховання, здоров'я
людини та туризму

Протокол № 1 від "31" 08 2021 р.

Голова науково-методичної ради
факультету 
(підпис) (ініціали, прізвище)

Погоджено
з навчально-методичним відділом


(підпис) (ініціали, прізвище)

2021 рік

1. Опис навчальної дисципліни

1	2	3	
Галузь знань, спеціальність, освітня програма рівень вищої освіти	Нормативні показники для планування і розподілу дисципліни на змістові модулі	Характеристика навчальної дисципліни	
		очна (денна) форма здобуття освіти	заочна (дистанційна) форма здобуття освіти
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Кількість кредитів – 3	Обов'язкова	
		Цикл дисциплін Загальна підготовка	
Спеціальність 016 Спеціальна освіта	Загальна кількість годин – 90	Семестр:	
		1-й	
Освітньо-професійна програма логопедія	Змістових модулів – 4	Лекції	
		-	-
		Практичні	
Рівень вищої освіти: бакалаврський	Кількість поточних контрольних заходів – 18	28 год.	8 год.
		Самостійна робота	
		62 год.	82 год.
		Вид підсумкового семестрового контролю: залік	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Курс має на меті отримання та засвоєння знань основ здорового способу життя, методики оздоровлення та фізичного вдосконалення, оволодіння технікою і тактикою спортивних ігор, набуття практичних навичок та вмій з легкої атлетики, атлетичної гімнастики, аеробіки, розвиток рухових якостей, забезпечення рухової активності студентів, підвищення працездатності організму.

Основними завданнями вивчення «Фізичного виховання»:

- ознайомлення з принципами основ здорового способу життя;
- засвоєння методики найбільше ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності та вміння застосовувати їх на практиці;
- оволодіння методикою оздоровлення та фізичного вдосконалення традиційними та нетрадиційними засобами й методами фізичної культури;
- вироблення умінь засобами прикладної фізичної підготовленості на практиці;
- ознайомлення з особливостями фізичного виховання різних вікових груп населення;

- вироблення стійкої звички до щоденних занять фізичними вправами з використанням різних раціональних форм;
- систематичне фізичне тренування з оздоровчою та спортивною спрямованістю;
- виконання нормативів професійно-прикладної психофізичної підготовленості;
- засвоєння головних цінностей фізичної культури та спорту.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен набути таких результатів навчання (знання, уміння тощо) та компетентностей:

Заплановані робочою програмою результати навчання та компетентності	
<p>ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі і практичні проблеми спеціальної та інклюзивної освіти у процесі корекційно-педагогічної, діагностико-консультативної, дослідницької та культурно-просвітницької діяльності або у процесі навчання, що передбачає застосування основних теорій і методів дефектології і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.</p>	<p>РНЗ. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування, обмеження життєдіяльності у контексті професійних завдань.</p>
<p>ЗК-2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і 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, техніки і технології, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p>	<p>РН18. Знати культурні й наукові цінності, їх місце у загальній системі знань про природу людини і суспільства, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p>
<p>ЗК-8. Здатність працювати в команді.</p>	<p>РН20. Застосовувати психолого-педагогічні, дефектологічні, медико-біологічні, лінгвістичні знання у сфері професійної діяльності.</p>

ЗК-9. Здатність до міжособистісної взаємодії.	
---	--

Методи і контрольні заходи

Словесні методи : усне опитування, співбесіда, пояснення.

Практичні методи: виконання фізичних та дихальних вправ, розробка індивідуальних комплексів фізичних вправ, виконання контрольних нормативів.

Міждисциплінарні зв'язки.

При вивченні курсу «Фізичне виховання» викладення матеріалу базується на знаннях, отриманих під час вивчення таких дисциплін: анатомія людини; біологія (шкільний курс), педагогіка; психологія; гігієна, безпека життєдіяльності.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Вплив фізичного виховання на всебічний розвиток людини.

Засоби зміцнення і розвитку фізичного здоров'я людини.

Інструктаж з техніки безпеки під час занять з фізичного виховання.

Нульовий контроль з функціональної підготовленості організму.

Нульовий контроль з фізичної підготовленості.

Формування теоретичних знань, практичних здібностей (умінь і навичок) з аеробіки.

Техніка безпеки під час заняття з аеробіки.

Техніка й методика виконання вправ і комплексів базової аеробіки.

Техніка й методика виконання вправ і комплексів степ аеробіки.

Техніка й методика виконання вправ на килимках.

Техніка й методика виконання вправ на гнучкість і розтягнення.

Тестування.

Змістовий модуль 2. Формування теоретичних знань, практичних здібностей (умінь і навичок) зі спортивних ігор.

Баскетбол у системі фізичного виховання.

Освоєння та закріплення техніко-тактичних дій в баскетболі.

Правила змагань.

Попередження травматизму.

Волейбол у системі фізичного виховання.

Техніка безпеки під час заняття з волейболу.

Техніка гри в волейбол.

Тактика гри в волейбол.

Правила змагань.
Тестування з технічної підготовки.

Змістовий модуль 3. Формування теоретичних знань, практичних здібностей (умінь і навичок) з атлетичної гімнастики.

Техніка безпеки під час заняття з атлетичної гімнастики.
Техніка й методика розвитку сили м'язів плечового поясу.
Техніка й методика розвитку сили м'язів спини.
Техніка й методика розвитку сили м'язів черевного пресу.
Техніка й методика розвитку сили м'язів ніг.
Тестування з техніки виконання силових вправ.

Змістовий модуль 4. Розвиток та вдосконалення рухових якостей.

Засоби та методика розвитку витривалості.
Засоби та методика розвитку сили.
Засоби та методика розвитку швидкості.
Засоби та методика розвитку спритності.
Засоби та методика розвитку гнучкості.
Профілактика спортивного травматизму.

4. Структура навчальної дисципліни

Змістовий модуль	Усього годин	Аудиторні (контактні) години					Самостійна робота, год.		Система накопичення балів		
		з/дист	Лекційні заняття, год		Практичні заняття, год		о/дф.	з/дист.	Теор. зав-ня, бали	Практ. зав-ня, бали	Усього балів
			о/дф.	з/дист	о/дф.	з/дист					
1	2	3	4	5	6	7	8		10	11	12
1	15	6/2	-	-	6	2	9	13	5	10	15
2	15	8/2	-	-	8	2	7	13	5	10	15
3	15	6/2	-	--	6	2	9	13	5	10	15
4	15	8/2	-	-	8	2	7	13	5	10	15
Усього за змістові модулі	60	28/8			28	8	32	52	20	40	60
Підсумковий семестровий контроль: залік	30						30	30	20	20	40
Загалом					90					100	

5. Теми практичних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин	
		о/д ф.	з/дист Ф.

1	2	3	4
1	Нульовий контроль з фізичної підготовленості. Техніка безпеки під час заняття з аеробіки. Техніка й методика виконання вправ і комплексів базової аеробіки. Техніка й методика виконання вправ і комплексів степ аеробіки. Техніка й методика виконання вправ на килимках. Техніка й методика виконання вправ на гнучкість і розтягнення.	6	2
2	Баскетбол у системі фізичного виховання. Освоєння та закріплення техніко-тактичних дій в баскетболі. Правила змагань. Попередження травматизму. Волейбол у системі фізичного виховання. Техніка безпеки під час заняття з волейболу. Техніка гри в волейбол. Тактика гри в волейбол. Правила змагань.	8	2
3	Техніка безпеки під час заняття з атлетичної гімнастики. Техніка й методика розвитку сили м'язів плечового поясу. Техніка й методика розвитку сили м'язів спини. Техніка й методика розвитку сили м'язів черевного пресу. Техніка й методика розвитку сили м'язів ніг.	6	2
4	Засоби та методика розвитку витривалості. Засоби та методика розвитку сили. Засоби та методика розвитку швидкості. Засоби та методика розвитку спритності. Засоби та методика розвитку гнучкості. Профілактика спортивного травматизму. Розвиток та вдосконалення рухових якостей.	8	2
Разом		28	8

6. 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	Тестування	Питання для підготовки: Вплив фізичних навантажень	10 тестів з в системі Moodle:	3

		на розвиток та зміцнення організму людини.	3 бали – правильна відповідь на всі питання; 2 бали – правильна відповідь на 7 питань; 1 бал – правильна відповідь на 4 питання	
	Практичне завдання – 1) комплекс вправ	Скласти комплекс з базової та степ аеробіки. Врахувати виконання вправ на килимках.	Проведення одного з комплексів аеробіки: 9 балів – технічно й методично правильно проведений комплекс; 7 балів – правильно проведений комплекс, з 2-3 помилками; 5 балів – проведений комплекс з 5-6 помилками.	9
	2) норматив	Виконання вправи на гнучкість (нахил тулуба вперед)	Юнаки: 14см – 3 бали 10см – 2 бали 7см – 1 бал Дівчата: 17см – 3 бали 14см – 2 бали 10см – 1 бал	3
Усього за ЗМ 1 контр. заходів	3			15
2	Тестування	Питання для підготовки: Правила змагань з баскетболу.	10 тестів з в системі Moodle: 3 бали – правильна	3
		Правила змагань з волейболу.	відповідь на всі питання; 2 бали – правильна відповідь на 7 питань; 1 бал – правильна відповідь на 4 питання	
	Практичне завдання 1) виконання вправ на техніку з баскетболу	штрафний кидок з 5 кидків, влучання	5 кидків 3 влучання – 3 бали 5 кидків 2 влучання – 2 бали 5 кидків 1 влучання – 1 бал	3
	2) виконання вправ на техніку	кидок у русі – вірне виконання кидка правою і лівою рукою.	влучання з 1-ї спроби - 3 бали влучання з 2-ї спроби – 2 бали влучання з 3-ї спроби – 1 бал	3

	3) виконання вправ на техніку з волейболу	передача (зверху, знизу) через сітку з 5 спроб	3 передачі – 3 бали 2 передачі – 2 бали 1 передача – 1 бал	3
	4) виконання вправ на техніку	подача в зону з 5 спроб	3 подачі – 3 бали 2 подачі – 2 бали 1 подача – 1 бал	3
Усього за ЗМ 2 контр. заходів	5			15
3	Складання комплексу -	Скласти комплекс вправ для розвитку групи м'язів	3 бали – правильно складений комплекс; 2 бали – допущені в складанні комплексу 2-3 помилки; 1 бал – допущені в складанні комплексу 4-5 помилок	3
	Практичне завдання – виконання вправ з розвитку 1) сили м'язів плечового поясу	підтягування	Юнаки: підтягування 12 раз – 3 бали 10 раз – 2 бали	3
	2) сили м'язів ніг	присідання на одній нозі (правій і лівій)	8 раз – 1 бал Дівчата: підтягування на низькій перекладині 10 раз – 3 бали 8 раз – 2 бали 6 раз – 1 бал Юнаки: 13 раз -3 бали 11 раз – 2 бали 9 раз – 1 бал Дівчата: 11 раз – 3 бали 9 раз – 2 бали 7 раз – 1 бал	3
	3) сили м'язів спини	«Планка»	Юнаки: 90 с – 3 бали 70 с – 2 бали 50 с – 1 бал Дівчата: 80 с – 3 бали 60 с – 2 бали 40 с – 1 бал	3

	4) сили м'язів черевного пресу	Піднімання й опускання тулуба за 1 хв.	Юнаки: 40 – 3 бали 33 – 2 бали 28 – 1 бал Дівчата: 37 – 3 бали 32 – 2 бали 27 – 1 бал	3
Усього за ЗМ 3 контр. заходів	5			15
4	Тестування	Дати визначення поняття однієї з 5 основних фізичних якостей людини.	5 тестів з в системі Moodle: 3 бали – правильна відповідь на всі питання; 2 бали – правильна відповідь на 4 питання; 1 бал – правильна відповідь на 3 питання	3
	Виконання нормативів 1) спритність	Човниковий біг 4х9м	Юнаки: 9,7 с – 3 бали 10,2 с – 2 бали 10,7 с – 1 бал Дівчата: 10,7 с – 3 бали 11,2 с – 2 бали 11,7 с – 1 бал	3
	2) швидкісно-силові якості	Стрибок у довжину з місця	Юнаки: 2,25м – 3 бали 2,05м – 2 бали 1,90м – 1 бал Дівчата: 1,70м – 3 бали	3
			1,60м – 2 бали	
			1,50м – 1 бал	
	3) швидкість	Пробігання 20 м	Юнаки: 4,4с – 3 бали	
			4,7с – 2 бали	3
			5,1с – 1 бал	
			Дівчата: 5,0с – 3 бали	
			5,3с – 2 бали	
			5,7с – 1 бал	
	4) стрибучість	Стрибки на скакалці за 30с	Юнаки: 70 раз -3 бали	3
			65 раз -2 бали	
			55 раз – 1 бал	
			Дівчата: 80 раз – 3 бали	
			75 раз – 2 бали	
			65 раз – 1 бал	
Усього за ЗМ 4	5			15

контр.				
заходів				
Усього за	18			60
змістові				
модулі				
контр.				
заходів				
		баскетболу. Правила змагань з волейболу.	3 бали – правильна відповідь на всі питання; 2 бали – правильна відповідь на 7 питань; 1 бал – правильна відповідь на 4 питання	
	Практичне завдання			
	1) виконання вправ на техніку з баскетболу	штрафний кидок з 5 кидків, влучання	5 кидків 3 влучання – 3 бали 5 кидків 2 влучання – 2 бали 5 кидків 1 влучання – 1 бал	3
	2) виконання вправ на техніку	кидок у русі – вірне виконання кидка правою і лівою рукою.	влучання з 1-ї спроби - 3 бали влучання з 2-ї спроби – 2 бали влучання з 3-ї спроби – 1 бал	3
	3) виконання вправ на техніку з волейболу	передача (зверху, знизу) через сітку з 5 спроб	3 передачі – 3 бали 2 передачі – 2 бали 1 передача – 1 бал	3
	4) виконання вправ на техніку	подача в зону з 5 спроб	3 подачі – 3 бали 2 подачі – 2 бали 1 подача – 1 бал	3
Усього за ЗМ 2 контр. заходів	5			15
3	Складання комплексу -	Скласти комплекс вправ для розвитку групи м'язів	3 бали – правильно складений комплекс; 2 бали – допущені в складані комплексу 2- 3 помилки; 1 бал – допущені в складані комплексу 4- 5 помилок	3

	Практичне завдання – виконання вправ з розвитку 1) сили м'язів плечового поясу	підтягування	Юнаки: підтягування 12 раз – 3 бали 10 раз – 2 бали	3
	2) сили м'язів ніг	присідання на одній нозі (правій і лівій)	8 раз – 1 бал Дівчата: підтягування на низькій перекладині 10 раз – 3 бали 8 раз – 2 бали 6 раз – 1 бал Юнаки: 13 раз -3 бали 11 раз – 2 бали 9 раз – 1 бал Дівчата: 11 раз – 3 бали 9 раз – 2 бали 7 раз – 1 бал	3
	3) сили м'язів спини	«Планка»	Юнаки: 90 с – 3 бали 70 с – 2 бали 50 с – 1 бал Дівчата: 80 с – 3 бали 60 с – 2 бали 40 с – 1 бал	3
	4) сили м'язів черевного пресу	Піднімання й опускання тулуба за 1 хв.	Юнаки: 40 – 3 бали 33 – 2 бали 28 – 1 бал Дівчата: 37 – 3 бали 32 – 2 бали 27 – 1 бал	3
Усього за ЗМЗ контр. заходів	5			15
4	Тестування	Дати визначення поняття однієї з 5 основних фізичних якостей людини.	5 тестів з в системі Moodle: 3 бали – правильна відповідь на всі питання; 2 бали – правильна відповідь на 4 питання; 1 бал – правильна відповідь на 3 питання	3
	Виконання нормативів 1) спритність	Човниковий біг 4х9м	Юнаки: 9,7 с – 3 бали	3

			10,2 с – 2 бали 10,7 с – 1 бал Дівчата: 10,7 с – 3 бали 11,2 с – 2 бали 11,7 с – 1 бал	
	2) швидко- силові якості	Стрибок у довжину з місця	Юнаки: 2,25м – 3 бали 2,05м – 2 бали 1,90м – 1 бал Дівчата: 1,70м – 3 бали	3
			1,60м – 2 бали	
			1,50м – 1 бал	
	3) швидкість	Пробігання 20 м	Юнаки: 4,4с – 3 бали	
			4,7с – 2 бали	3
			5,1с – 1 бал	
			Дівчата: 5,0с – 3 бали	
			5,3с – 2 бали	
			5,7с – 1 бал	
	4) стрибучість	Стрибки на скакалці за 30с	Юнаки: 70 раз -3 бали	3
			65 раз -2 бали	
			65 раз – 1бал	
			Дівчата: 80 раз – 3 бали	
			75 раз – 2 бали	
			65 раз – 1 бал	
Усього за	5			15
ЗМ 4				
контр.				
заходів				
Усього за	18			60
змістові				
модулі				
контр.				
заходів				

7. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	2	3	4	5
Залі к	Теоретичне завдання	Тести з теоретичної підготовки в системі Moodle: 1) фізичні якості 10 тестів 2) функціональна підготовка – 10 тестів 3) гігієна (загальна і під час занять фіз.вихованням) 10 тестів 4) вплив фізичного виховання на всебічний розвиток людини – 10 тестів	Студент обирає 3 варіанти тестів з 5 можливих: 15 балів – 28 правильних відповідей; 14 балів – 26 правильних відповідей; 13 балів – 24 правильних відповідей; 12 балів – 22	15

		з ігрових видів спорту – 10 тестів	правильних відповідей; 11 балів – 20 правильних відповідей; 10 балів – 18 правильних відповідей.	
Практичне завдання – виконання нормативів	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи		Юнаки: 44 рази – 5 балів 38 раз – 4 бали 32 рази – 3 бали 26 раз – 2 бали 20 раз – 1 бал Дівчата: 24 рази – 5 балів 19 раз – 4 бали 15 раз – 3 бали 11 раз – 2 бали 7 раз – 1 бал	5
	Присідання на двох ногах за 50с		Юнаки: 50 раз -5 балів 48 раз – 4 бали 46 раз – 3 бали 44 рази – 2 бали 41 раз – 1 бал Дівчата: 50 раз -5 балів 48 раз – 4 бали 46 раз – 3 бали 44 рази – 2 бали 41 раз – 1 бал	5
	Піднімання тулуба з положення лежачи за 1 хв		Юнаки: 53 рази – 5 балів 47 раз – 4 бали 40 раз – 3 бали 34 рази – 2 бали 28 раз – 1 бал Дівчата: 47 рази – 5 балів 42 рази – 4 бали 37 раз – 3 бали 32 рази – 2 бали 27 раз – 1 бал	5
	«Планка»		Юнаки: 140с – 5 балів 120с – 4 бали	5

			100с – 3 бали 80с – 2 бали 60с – 1 бал Дівчата: 120с – 5 балів 100с – 4 бали 80с – 3 бали 60с – 2 бали	
			40с – 1 бал	
		Гнучкість (нахил тулуба вперед)	Юнаки: 20см – 5 балів 17см – 4 бали 14см – 3 бали 10см – 2 бали 7см – 1 бал Дівчата: 23см – 5 балів 20см – 4 бали 17см – 3 бали 14см – 2 бали 10см – 1 бал	5
Усього за підсумковий семестровий контроль				40

8. Рекомендована література

Основна:

1. Основи здорового способу життя : підручник / [М. І. Кручаниця та ін.] ; М-во освіти і науки України, ДВНЗ "Ужгор. нац. ун-т", Ф-т здоров'я людини. Ужгород : РІК-У, 2016. 263 с.
2. Кіндрат Вадим Кирилович. Організація фізкультурної та спортивно-масової роботи в різних сферах суспільства : навч. посіб. М-во освіти і науки України, Ін-т проблем виховання НАПН України [та ін.]. Рівне : Волин. обереги, 2015. 258 с.
3. Грабовський Ю. А. Масова фізична культура і спорт: основи організації та методики: [навч. посіб. для студентів вищ. закл. освіти галузі знань: М-во освіти і науки України, Херсон. держ. ун-т., 2014. 231 с.

Додаткова:

1. Білокопитова Ж.А. Основи теорії шейпінгу. Київ: Науковий світ, 2000. 32 с.
2. Іващенко Л.Я., Круцевич Т.Ю. Методика фізкультурно-оздоровчих занять. Київ: УДУФВС, 1994. 126 с.
3. Іващенко Л.Я., Страпко Н.П. Самостійні заняття фізичними вправами. Київ: Здоров'я, 1988. 156 с.
4. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів: Штабар, 1997. 208с.

5. Муравов І.В. Оздоровчі ефекти фізичної культури та спорту Київ: Здоров'я, 1989. 270 с.
6. Здоров'я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти в Україні : тези доп. III Всеукр. наук.-прак. конф. : м. Харків, 1-2 жовт. 2014 р. / М-во освіти і науки України, Нац. техн. ун-т "Харків. політехн. ін-т". Харків : НТУ "ХПІ", 2014. 148 с.
7. Кіндрат Вадим Кирилович. Організація фізкультурної та спортивно-масової роботи в різних сферах суспільства : навч. посіб.; М-во освіти і науки України, Ін-т проблем виховання НАПН України [та ін.]. Рівне : Волин. обереги, 2015. 258 с.
8. Методичні рекомендації до занять зі спортивної аеробіки для студентів усіх напрямів підготовки денної форми навчання / М-во освіти і науки України, Харк. нац. екон. ун-т ; [уклад. І. М. Погребняк]. Харків. : Вид-во ХНЕУ, 2010. 31 с
О. Носко, С. В. Грищенко, Ю. М. Носко. Київ : МП Леся, 2013. 159 с.
9. Олексієнко Ярослав Іванович. Основні чинники здорового способу життя молоді : навч.- метод. посіб. / Олексієнко Я. І., Дудник І. О., Курінна В. В. Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2014. 175 с.
10. Терещенко, Валерій Іванович. Гирьовий спорт – ефективний засіб загальної фізичної підготовки : навч. посіб. / Терещенко В. І., Лаврентьєв О. М. ; Нац. ун-т держ. податк. служби України. Ірпінь : Вид-во Нац. ун-ту ДПС України, 2014. 232 с.
11. Горбуля В.Б., Горбуля В.О., Єсіонова Г.О. Баскетбол: техніка гри в нападі та методика навчання. Запоріжжя. ЗНУ. 2007. 96 с.
12. Горбуля В.Б., Горбуля В.О., Бессарабов М.С. Баскетбол: техніка гри в захисті та методика навчання. ЗНУ, 2010. 48 с.
13. Горбуля В.Б., Горбуля В.О., Горбуля О.В., Бессарабов М.С. Баскетбол: організація та проведення змагань: навчально-методичний посібник для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» усіх напрямів підготовки. Запоріжжя: ЗНУ, 2014. 118 с.
14. Медвідь М.М., Попов С.М. Волейбол: методика початкового навчання технічним діям гри: Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів II курсу факультету фізичного виховання. Запоріжжя: ЗНУ, 2008.- 50 с. URL: <http://web-files.znu.edu.ua/bank>.
15. Ванюк Д.В. Фізичне виховання: розвиток силових якостей : методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх спеціальностей. Запоріжжя : ЗНУ, 2020. 44с.

Інформаційні джерела:

1. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація», Указ Президента України від 09.02.2016. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>
2. Система електронного обучения и тестирования Moodle: обзор возможностей. URL: <https://www.ispring.ru/elearning-insights/moodle>
3. Спецкурс «Секція спортивного вдосконалення (спортивно-розважальна анімація)» / О. Літвінова-Головань. Офіційний сайт ЗНУ: СЕЗН Moodle. URL: <https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=9583>
4. Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека імені О.М. Горького/ URL: <http://zounb.zp.ua/>
5. Наукова бібліотека Запорізького національного університету/ URL: <http://library.znu.edu.ua/>

