


Міністерство освіти і науки України  
Сумський національний аграрний університет  
Факультет агротехнологій та природокористування  
Кафедра фізичного виховання

**Робоча програма (силабус) освітнього компонента  
ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА**

(секція фітнес атлетична гімнастика)  
вибірковий

Реалізується в межах освітньої програми **Ветеринарна медицина**  
за спеціальністю **212 Ветеринарна гігієна, санітарія і експертиза**  
на другому (магістерському) рівні вищої освіти

Розробник:  Євтушенко С.Г., к. пед. н., доцент кафедри фізичного виховання

Євтушенко С.Г., к. пед. н., доцент кафедри

фізичного виховання

Розглянуто, схвалено та затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання  
 протокол № 12 від 2.06.2022  
 Завідувач кафедри Харченко С.М.

Погоджено:

Гарант освітньої програми (Фотіна Г.І.)

Декан факультету, де реалізується освітня програма (Нещипоренко О. І.)



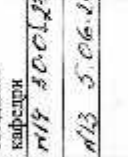

Рецензія на роботу програму (подається) надана: Харченко С.М.

Методист відділу якості освіти, ліцензування та акредитації  (Г. Баранів)

Зареєстровано в електронній базі: дата: 17.06.2022 р.

© СНАУ, 2022 рік

Інформація про перебіг роботи програми (слабкоу)

Навчальний рік, в якому вноситься зміна	Номер доповіді до програми	Зміни розроблено	Завідувач кафедри	Гарант освітньої програми
2023-2024	1	Додавання засідання кафедри		
2024-2025	2	113 5.06.24		

1. ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

1	Назва ОК	Фізичне виховання (секція фітнес: атлетична гімнастика)				
2	Факультет/кафедра	Факультет агротехнологій та природокористування Кафедра фізичного виховання				
3	Статус ОК	вибірковий				
4	Програма/Спеціальність (програми), складовою яких є ОК для (зазначитися для обов'язкових ОК)					
5	ОК може бути запропонований для (зазначитися для вибіркового ОК)	Для спеціальності 212 Ветеринарна гігієна, санітарія і експертизана другому (магістерському) рівні вищої освіти				
6	Рівень НРК	7 рівень				
7	Семестр та тривалість вивчення	1-6 семестр, 1-15 тижнів				
8	Кількість кредитів ЄКТС	6				
9	Загальний обсяг годин та їх розподіл:	Контакти роботи (заняття)				
		Лекції	Практичні заняття	Лабораторії	Семестр	робота
		Дні тижня	Години (семестри)	За Д	За Д	За Д
		Зач	1 2 3 4 5 6	01	02	03
			30 30 30 30 30 30			
10	Мова навчання	Українська				
11	Викладач/Координатор освітнього компонента	Євтушенко Євген Григорович, к. пед. н., доцент кафедри фізичного виховання				

**2. РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ЗА ОСВІТНИМ КОМПОНЕНТОМ ТА ІХ ВІЗВ'ЯЗОК З ПРОГРАМНИМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ НАВЧАННЯ**

Результати навчання за ОК:	Як оцінюється РІЦД
Після вивчення освітнього компонента студент очікувано буде знати:	
ДРН 1. Знати основні запліні системи тренувань з фітнесу, правила залюблення дриаматизму та техніки безпеки.	Тестові завдання з множинним вибором
ДРН 2. Знати та виконувати вправи для цільових рухових якостей засобами фітнесу.	Контрольні нормативи для визначення рівня розвитку рухових якостей
ДРН 3. Вміти використовувати спеціальне спортивне обладнання для фітнес тренувань та технічно правильно виконувати вправи для окремих груп м'язів.	Контрольні нормативи для оцінки технічних навчочок
ДРН 4. Вміти складати план тренувальних занять з урахуванням індивідуальних особливостей рівня фізичного розвитку.	Потокове індивідуальне оцідування з визначенням рівня знань студента

**3. ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ)**

**І семестр**

Тема, Період, паздль, що будуть розглянуті в межах теми	Розподіл в межах загального бюджету часу		Рекомендована література
	Аудиторськ		
	Лекції	Сам робота	
<b>Тема 1. Вплив занять з обтяженим на організм людини. Техніка безпеки на заняттях з силових видів спорту.</b> Термінологія атлетизма: види спорту. Теорія розвитку жєкєї атлетизм, пауерфітнесу, бодібілдінгу, германського спорту. Траєкторія і його профілактика на заняттях з силових видів спорту. Матеріально-технічне забезпечення маляльно-тренувальних занять з атлетизму. Класифікація та способи проведення змагань в силових видах спорту (в важкій атлетичі, пауерліфтіну, гірському спорті, армреслінгу). Розклад робочого дня: особама жєкєї атлетики. Розвиток максималітєв після засобами пауерліфтіну.	8	Сам робота	Мілицька О.С. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різноманітними видами спорту: м'язи, поєбоник Інформперіодика "Вєст", 2015. – 111 с. Реєкєї доступ: <a href="http://vbfz.fh.univie.ac.at/mis- documents/repohl/ZO-A1/A1-00100-16-C1-15.pdf">http://vbfz.fh.univie.ac.at/mis- documents/repohl/ZO-A1/A1-00100-16-C1-15.pdf</a>
	6		

11. Контактна інформація	e: 3598@gmail.com
12. Задальній опис освітнього компонента	Позитивним впливом освітнього компонента є підвищення загальної працєдатності і засобами фізичного виховання, розвитку функціональних можливостей організму; знячення потреб і систематичних заняттях фізичними вправами, формування життєво важливих фізичних та психічних здібностей, рухових навчочок, волевольних якостей для участі у змаганнях (серєс групи, курсів, фієс-залежєв, спортивно – масових заходах, тощо). Вміти застосовувати набуті вміння та навички у вивченєї інших освітніх компонентів та в подальшїй життєвї діяльності. Використовувати інформаційні та комунікаційні технології у професійній діяльності, а також результати необхідності постійного підвищення рівня професійної кваліфікації
13. Мета освітнього компонента	Мета освітнього компонента – задовольнити об'єктивну потребу студентів у засвоєнні системи спеціальних знань, набути професійно-значимі уміння та навички, забезпечити достатній розвиток фізичних якостей, сприяти пільговим гармонійно розвиненим висококваліфікованим фахівцям
14. Передумови вивчення ОК, зв'язок з іншими освітніми компонентами ОП	Передумова відсутні
15. Політика академічної доброчесності	Студент не повинен використовувати джерела інформації під час виконання тестових завдань та чітко слідувати вказівкам викладача. Дотримуватись особистої гігієни, зважати на правила техніки безпеки під час занять, усвідомлено використовувати засоби фізичного виховання для розвитку фізичних якостей та зміцнення загального стану здоров'я.
16. Посилання на курс у системі Moodle	

проблеми змагань з атлетизму. Особливості організації змагань з атлетизму.					
<b>Тема 3. Гирьовий спорт, вправи добробуту.</b> Основи техніки ривка. Техніка ривка гирі попеременно. Техніка виконання вазової гирі. Основи техніки поштовок. Поштовок двох гирь з різноманітними темповими проміжками.	<b>6</b>				Основи підготовки у гирьовому спорті. План-метод. посіб. / Г.П. Гривін, П.П. Ткаченко. – Житомир: Вид-во "Рута", 2013. – 100с. Режим доступу <a href="http://prints.zu.edu.ua">http://prints.zu.edu.ua</a>
<b>Тема 4. Гирьовий спорт, поштовок двох гирь за довгим циклом.</b> Основи техніки поштовок двох гирь за довгим циклом. Розніжок системою вістряності. Допоміжні вправи для освоєння техніки підйому гирь на груди. Основи техніки спеціально-підготовчих вправ. Допоміжні вправи для освоєння техніки поштовок. Стійка з двома гирями на час. Розніжок ступенної системою вістряності.	<b>6</b>				Проценка К. В. Теоретичні і методичні засади виконання гирьового спорту курсанта військового закладу вищої освіти у процесі фізичного виховання – Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю 13.00.02. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2018. Режим доступу <a href="https://prir.edu.ua/images/files/vodil_serija.pdf">https://prir.edu.ua/images/files/vodil_serija.pdf</a>
<b>Тема 5. Удосконалення техніки гирьового спорту.</b> Спеціальні вправи. Засильно-підготовчі вправи. Вправи для розвитку м'язів широкіх м'язів. Вправи для розвитку м'язів тугуб. Тактичні змагання під Розкладом спеціальне час виконання для вправ. Відпочинок під час виконання вправ. Особливі помилки техніки вправ. Використання логічних схем.	<b>4</b>				Основи підготовки у гирьовому спорті. План-метод. посіб. / Г.П. Гривін, П.П. Ткаченко. – Житомир: Вид-во "Рута", 2013. – 100с. Режим доступу <a href="http://prints.zu.edu.ua">http://prints.zu.edu.ua</a>
<b>Всього за семестр</b>	<b>30</b>				

2 семестр

<b>Тема 1.</b> Основи змагань з пауерліфтингу і важкої атлетики. Техніка вправ у важкій атлетичній техніці поштовок. Основи техніки ривка. Помилки, які виникають під час опрацювання техніки змагальних вправ у важкій атлетичній техніці. Техніка змагальних вправ у пауерліфтингу. Спеціально-підготовчі вправи. Помилки, які виникають під час виконання змагальних та допоміжних вправ у пауерліфтингу.	<b>6</b>				Пауерліфтинг. Теорія і методика виконання. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Чернівці: Вид-во ІДУ ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. – 460с. Режим доступу <a href="https://uk-powerlifting.com/files/PoweLifting.pdf">https://uk-powerlifting.com/files/PoweLifting.pdf</a> Атлетичні вправи. Навчальний посібник з фізичного виховання для вищих навчальних закладів / Н.А.Олійник, О.О. Держаківська, В.Б. Рудницький – Вінниця: ВНДУ, 2020. – 283 с. Режим доступу <a href="http://repository.vsnu.org.ua/files.php/2488/2.pdf">http://repository.vsnu.org.ua/files.php/2488/2.pdf</a>
<b>Тема 2.</b> Вивчення експлуатації вправ у пауерліфтингу. Загально-розумові вправи в основних видах спорту. Проведення зі змагання на плечях. Живі змагання. Сталова тяга. Розвиток гнучкості, координації рухів. Завдання фізичної підготовки. Використання ланцюгів, штанг. Використання блоківних тренажерних пристроїв. Використання різноманітних та пружинних еспандерів.	<b>6</b>				Пауерліфтинг. Теорія і методика виконання. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів – Чернівці: Вид-во ІДУ ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. – 460с. Режим доступу <a href="https://uk-powerlifting.com/files/PoweLifting.pdf">https://uk-powerlifting.com/files/PoweLifting.pdf</a>

<b>Тема 3.</b> Вивчення змагальних вправ у важкій атлетичній. Ривок шляхом висування голови. Поштовки шляхом висування голови. Розклад техніки вправ на складові частини та послідовне виконання кожної складової руку.	<b>4</b>				Важка атлетика, методика підготовки молодіжних спортсменів [Електронний ресурс]. Режим доступу <a href="https://stud.com.ua/31025/referat/zhivak-ahletika_metodika_pribirannya_chuno-do-vuzdovkiv">https://stud.com.ua/31025/referat/zhivak-ahletika_metodika_pribirannya_chuno-do-vuzdovkiv</a>
<b>Тема 4.</b> Бодібілдінг. Основи тренувань. Основи техніки спеціально-підготовчих вправ бодібілдінгу. Завдання для тренувань з бодібілдінгу. Використання блоківних вправ на доопрацювання м'язів. Підбір вправ та складання плану тренувань з урахуванням нагромадження м'язової маси. Відпочинок між підходами. Використання гантелів, штанг. Використання блоківних тренажерних пристроїв. Використання різноманітних та пружинних еспандерів. Вправа і відпочинок після ривка за інтенсивністю тренувань.	<b>8</b>				Бодібілдінг: теорія, підготовка для студентів. Уч. закл. Р.Т. Равасані, В.Г. Ланке, Е.В. Мезурова; пол. общ. ред. проф. Р.Т. Равасані. – О.: Наука в Україні, 2011. – 208 с. Режим доступу <a href="http://dspace.lib.ru/journal/online/11144fb-book_bib-2011.pdf">http://dspace.lib.ru/journal/online/11144fb-book_bib-2011.pdf</a>
<b>Тема 5.</b> Бодібілдінг. Гидромінімальне розтягання м'язів тіла. Дотримання пропорцій об'єму м'язів бодібілдера. Програма тренувань з бодібілдінгу. Складання програми тренувань з підготовчою періодом. Спортивне харчування та особливості складу харчових речовин в раціоні бодібілдера. Програма тренувань з бодібілдінгу. Складання програми тренувань з спеціальною періодом.	<b>6</b>				Фурдурчик Делана. Анатомія спортивних упрощень. Режим доступу <a href="https://major-files.wordpress.com/2012/09/ahletom_a.pdf">https://major-files.wordpress.com/2012/09/ahletom_a.pdf</a>
<b>Всього за семестр</b>	<b>30</b>				

3 семестр

<b>Тема 1.</b> Влада змагань з обмеженням на організм людини. Техніка безпеки на змаганнях з силових видах спорту. Термінологія атлетичних видів спорту. Елементи розминки важкої атлетики, пауерліфтингу, бодібілдінгу, гирьового спорту. Тренування з його профілактика на змаганнях з силових видах спорту. Мікрально-технічне забезпечення змагальних змагань з атлетизму. Класифікація та способи проведення змагань в силових видах спорту (в важкій атлетичній, пауерліфтингу, гирьовому спорті, армреслінгу). Розвиток психологічної сили змагань важкої атлетики. Розвиток максимальної сили засобами пауерліфтингу.	<b>8</b>				Миньченко О.С. Рекомендації з техніки безпеки під час змагань різних видів спорту: навч. посібник. Дніпропетровськ: "Вент", 2015. – 111 с. Режим доступу <a href="http://libfiz.edr.ukraine/document/view/20-AU/A1-0000-16-C)-15.pdf">http://libfiz.edr.ukraine/document/view/20-AU/A1-0000-16-C)-15.pdf</a>
<b>Тема 2.</b> Основи змагань з атлетизму і гирьового спорту. Обладнання та інвентар для проведення змагань з атлетизму. Особливості організації змагань з атлетизму. Основи техніки вправ у гирьовому спорті. Розвиток силових витривалості засобами гирьового спорту.	<b>4</b>				Основи підготовки у гирьовому спорті: навч.-метод. посіб. / Г.П. Гривін, П.П. Ткаченко. – Житомир: Вид-во "Рута", 2013. – 100с. Режим доступу <a href="http://prints.zu.edu.ua">http://prints.zu.edu.ua</a> Теорія і методика атлетизму. Навчальний посібник / А.І. Стелько, П.М. Гунько. – Чернівці, 2011. – 216 с. Режим доступу <a href="http://prints.zu.edu.ua/36891/Athletism.pdf">http://prints.zu.edu.ua/36891/Athletism.pdf</a>



				<a href="http://ublib.edu.ua/elib/kids/elib/uf/fzazal_u_zakladah_vidvibnoho_sportu_2019.pdf">http://ublib.edu.ua/elib/kids/elib/uf/fzazal_u_zakladah_vidvibnoho_sportu_2019.pdf</a> Сквирко, А. В. Техніка виконання вправ з профіту: методичні рекомендації щодо провадження тренувальних занять. Сума, 2019. 40 с.
м'яч грушми, степлом, ступенею. Розвиток спритності, спеціальної витривалості. Розвиток спеціальної витривалості (аеробичний фітнес). Вправа без обладнання, з обладнанням, утримання положення тіла з опором, без опору. Плітка				
<b>Тема 5. Навчання техніки ударів (вистільний теніс).</b> Загальні позаяктя. Розвиток гри в вистільний теніс. Дрова стійка тенісна. Хмичка ракетки. Руки тенісна. Ігровий наблюдчик та ігрове обладнання. Методика виконання основних вступних ударів - накат, контаудар, топ-спін. Заключний прийом гри - підрізка, підстава, сачка. <b>Основа техніки приєднань.</b> З'ясування на основі техніки приєднань (без опору) рух м'яча (без опору) м'яча рух віг та тулуба. Індивідуальне положення та особливості техніки виконання вправ. Засоби і методи відпрацювання після фізичних вправ. Техніка виконання приєднань зі штифтом. Вправа для розвитку гнучкості	6		Бірук І.Д. Настільний теніс: навчально-методичний посібник. – Рівне: НУВГП, 2014. – 164 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу <a href="http://ublib.edu.ua">http://ublib.edu.ua</a> Певтеріфніг. Теорія з методика викладання. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Черкаси: Вна. від. ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. – 460с. Режим доступу <a href="http://ukr.uoi.edu.ua/elib/uf/fzazal_u_zakladah_vidvibnoho_sportu_2019.pdf">http://ukr.uoi.edu.ua/elib/uf/fzazal_u_zakladah_vidvibnoho_sportu_2019.pdf</a>	
<b>Тема 6. Навчання техніки ударів (вистільний теніс).</b> Подвіч - пружка, м'ячкова. Подвіч - вікло, топчик. Прийоми техніки гри (без опору м'яча) - відсічка. Розвиток швидкості руху. Прийоми техніки гри (без опору м'яча) - топкошаний удар. Прийоми техніки гри (без опору м'яча) - відсічка <b>Основа техніки живку лежачи (наурліфтинг).</b> Розвиток спеціальної витривалості м'яча. Жив штагелі лежачи. Така штагелі лежачи рухачи в наслідку підготування до підборіжжя. Підвічання на носки, штагелі за стінкою хвг зверху. Вистрибування з вільного впроду на двох ногах (з вагою 3 кг). Вправа для розвитку гнучкості.	6			Бірук І.Д. Настільний теніс: навчально-методичний посібник. – Рівне: НУВГП, 2014. – 164 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу <a href="http://ublib.edu.ua">http://ublib.edu.ua</a> Атлетичні види спорту. Навчальний посібник з фізичного виховання для дітей навчальних закладів / І.А.Олійник, О.О. Дуржаківська, В.В. Рудницький – Вінниця: ВІАУ, 2020 – 283 с. Режим доступу <a href="http://teropisbu.vsu.org.ua/elib/uf/fzazal_u_zakladah_vidvibnoho_sportu_2019.pdf">http://teropisbu.vsu.org.ua/elib/uf/fzazal_u_zakladah_vidvibnoho_sportu_2019.pdf</a>
Всього за семестр	30			

6 семестр

<b>Тема 1. Техніка володіння м'ячем в волейболі.</b> Виконання першача зверху рушач знизу та зверху. Передача двома руками знизу в парку та трибах на місці та під час гри. Чергування першачі двома руками знизу та зверху. Гра кулаком. (тривалість гри 2х3)	4			Носко М.О., Архипов О. А., Жула В. П. Волейбол у фізичному вихованні студентів К. «МП Лесня», 2015. 396 с. Волейбол в Україні. КУ. <a href="http://www.volleyball.ua/">http://www.volleyball.ua/</a>
<b>Тема 2. Техніка гри у валалі.</b> Прийом м'яча знизу та зверху однією та двома руками. Виконання вступного удару з місця, з одного та трьох кроків. Виконання вступного удару з вільного відкидання та першачі партнера. Формування ліберських спеціаль, уміння провадити в команді (тривалість гри 2х3)	4			Носко М.О., Архипов О. А., Жула В. П. Волейбол у фізичному вихованні студентів К. «МП Лесня», 2015. 396 с. Волейбол в Україні. КУ. <a href="http://www.volleyball.ua/">http://www.volleyball.ua/</a>
<b>Тема 3. Техніка ударів по м'ячу сервом та хліва в настільному тенісі.</b> Навчання ударів зліва, відпрацювання ударів справа. Введення техніки м'яку зліва і справа. Техніка ударів по м'ячу зліва з	4			Бірук І.Д. Настільний теніс: навчально-методичний посібник. – Рівне: НУВГП, 2014. – 164 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу <a href="http://ublib.edu.ua">http://ublib.edu.ua</a>

Класифікаційними обертима. Розвиток самодостроєння гра відпрацюванням вичислені вичислені техніки.				Уроки спорту. Настільний теніс URL <a href="https://www.youtube.com/watch?v=wYUWJfY5dY">https://www.youtube.com/watch?v=wYUWJfY5dY</a> Відео посібник настільний теніс. URL <a href="http://www.youtube.com/watch?v=BU7U7U7U7U7">http://www.youtube.com/watch?v=BU7U7U7U7U7</a>
<b>Тема 4.Одлаблення і виконання та міжучасними прийомачами в настільному тенісі.</b> Заключний прийом гри з м'ячем обертом м'яча - прірка, підстава. Заключний прийом техніки гри з м'ячем обертом м'яча - підрізка, різка сачка. Адаптаційний прийом техніки гри (з вагом обертом м'яча) - папат, хрочена сачка. Адаптаційний прийом техніки гри (з вагом обертом м'яча) - топ-спін. Тактика одлаблення гри.	4			Бірук І.Д. Настільний теніс: навчально-методичний посібник. – Рівне: НУВГП, 2014. – 164 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу <a href="http://ublib.edu.ua">http://ublib.edu.ua</a> Уроки спорту. Настільний теніс URL <a href="https://www.youtube.com/watch?v=wYUWJfY5dY">https://www.youtube.com/watch?v=wYUWJfY5dY</a> Відео посібник настільний теніс URL <a href="http://www.youtube.com/watch?v=BU7U7U7U7U7">http://www.youtube.com/watch?v=BU7U7U7U7U7</a>
<b>Тема 5. Розвиток спритності.</b> Техніка чорничного бігу. Поворот та захват предметів. Хорьба випади. Біг на швидкість до 30м. Виконання прокорежів з різних вихідних положень. Вправа для розвитку швидкості руху обертів.	6			Приєднанок С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс]. Режим доступу <a href="http://booknet.kiev.net/book_202.html">http://booknet.kiev.net/book_202.html</a> .
<b>Тема 6. Розвиток сили.</b> Зниження та розпалання руху в ударі лежачи від підлоги. Вправа для розвитку сили руху з відпрацюванням предметами та без. Підготування на кількість разів. Біг по східках вгору та вниз.	8			Приєднанок С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс]. Режим доступу <a href="http://booknet.kiev.net/book_202.html">http://booknet.kiev.net/book_202.html</a> .
Всього за семестр	30			

4. МЕТОДИ ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ

ДРН	Методи викладання (робота, що буде проведена викладачем під час індикторних занять, комплексів)	Кількість годин	Методи навчання (як часто та який частотності має виконувати студент самостійно)	Кіл. видів
ДРН 1. Знати основні загальні системи тренувань з фітнесу, правила заповіжжя травматизму та техніки безпеки	розповідь, інструктаж	20		
ДРН 2. Знати та виконувати вправи для цільових рухових якостей засобами фітнесу.	практичне виконання вправ, груповий	50		
ДРН 3. Вміти використовувати спеціальне спортивне обладнання для фітнесу тренувань та технічно правильно виконувати вправи для окремих груп м'язів.	- наочні показ вправ, особливості техніки окремих елементів, правильне використання необхідного обладнання практичні виконання вправ, фронтальний та індивідуальний методи.	40		

ДРП 4. Вміти складати плани тренувальних занять з урахованням індивідуальних особливостей рівня фізичного розвитку.	розраховіть	40	
---	-------------	----	--

## 5. ОЦІНЮВАННЯ ЗА ОСВІТНІМ КОМПОНЕНТОМ

### 5.2. Сумативне оцінювання

5.2.1. Для оцінювання очікуваних результатів навчання передбачено

№	Методи сумативного оцінювання	Бали / Вага у загальній оцінці	Дата складання (зазначити номер тижня, на якому буде проведено оцінювання)
1	Тестом завдання	15 - 15%	1 тижня
2	Контрольні нормативи для оцінки технічних навичок та рівня підготовленості	35 - 35%	7 та 12 тижнів
3	Активність на заняттях	50 - 50%	протягом семестру

### 5.2.1. Критерії оцінювання

Компонент	Незадовільно <5	Задовільно 5 - 9	Добре 10 - 14	Відмінно 15
Тестові завдання	Студент володіє теоретичним матеріалом на низькому рівні	Студент відтворює певну частину теоретичного матеріалу, коментує та аналізує навчальний матеріал з допомогою викладача	Студент вміє узагальнювати інформацію під керівництвом викладача, застосовує її на практиці	Студент отібно володіє високим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці
Активність на заняттях	Студент відвідує близько 50 % занять, зацікавленість предметом низька	Студент відвідує близько 75% занять, зацікавленість предметом середня	21 - 40 Студент відвідує 90-100 % занять, зацікавленість предметом висока	41-50 Студент відвідує 90-100 % занять, зацікавленість предметом висока, допомагає викладчу в організації практичних занять, приймає участь в різних спортивно-масових заходах

## Контрольні нормативи для оцінки рівня розвитку технічних навичок та рухових якостей

### 1 семестр

місяць	місяць	норматив	кількість	Бали				
				5	4	3	2	1
1	7 тижнів	Підтягування на перекладині	4	16	14	12	10	8
		Згинання рух в упорі на бруски	4	30	20	10	7	3
		Вис на зігнутих руках, сес	4	55	40	30	20	10
2	12 тижнів	Поптовк 2х гір ( вага 16кг )	50	7	5	3	2	1
			60	9	7	5	3	1
			70	10	8	6	4	2
			80	12	10	8	6	4
			90	14	12	10	8	6
			90+	16	14	12	10	8
		Равка гір ( вага 16 кг )	50	7	5	3	2	1
			60	9	7	5	3	1
			70	10	8	6	4	2
			80	12	10	8	6	4
			90	14	12	10	8	6
			90+	16	14	12	10	8
		Присідання на одній нозі, раз	4	8	6	4	2	1
		Стрибок у довжину з місця, см	7	260	240	225	210	190

### 2 семестр

місяць	місяць	норматив	кількість	Бали				
				5	4	3	2	1
1	7 тижнів	Підтягування на перекладині з обмеженням (20% від ваги тіла)	4	10	8	6	4	2
		Вис на прямих руках на перекладині лімітрок 50 см, сес	4	60	45	30	20	10
		Застрибування на осеру, см	4	100	80	60	50	40
		Згинання рух в упорі на бруски з обмеженням (20% від ваги тіла)	4	12	10	8	6	4

2	12	Металеві гирі 8 кг двома руками вперед, м	ч	10	8	7	6	5
		Металеві гирі 8 кг двома руками назад, м	ч	12	10	8	7	6
		Сталеві з гантелями (3 кг), сек	ч	60	50	40	30	20
				1,20	1,10	60	50	40
				1,30	1,15	1,10	1,10	1,10
				1,40	1,25	1,20	1,20	1,05
				1,50	1,35	1,30	1,15	60
				2	1,45	1,30	1,15	60

Для жінок навага повинна бути 0,5 від нормативів чоловіків

5 семестр

Норматив	Ч/Ж	Бали				
		5	4	3	2	
<b>Розвиток швидкості – словесні якість</b>						
Спробок у довжину з м'яча (ч,ж)	ч	260	230	210	200	
	ж	200	180	160	140	
Біг 100м (ч,ж)	ч	13,0	13,5	14,0	14,5	
	ж	14,5	15,0	15,5	16,0	
Числовий біг 4 x 9 м, сек	ч	9,2	9,7	10,2	10,7	
	ж	10,5	11,1	11,7	12,0	
<b>Оздоровчий фітнес</b>						
Згинання рук в упорі лежачи на підлозі, раз		25	20	15	5	
(жіночі – упор колінами в підлогу)						
Повал тулуба вперед в положенні сидячи, см	ч	18	17	13	10	
	ж	20	18	14	10	
<b>Основи пауэрліфтингу (ч)</b>						
Жим штанги лежачи 70 % від ваги тіла, раз	ч	10	7	4	3	
	ж	10	7	4	3	
Жим штанги лежачи 25 % від ваги тіла, раз	ч	10	7	4	3	
	ж	10	7	4	3	
Присід зі штангою (100% від ваги тіла), раз	ч	10	7	4	3	
	ж	10	7	4	3	

6 семестр

Норматив	Ч/Ж	Бали				
		5	4	3	2	
<b>Пастільний теніс</b>						
Повал в зворотному жонглюванні (з 10 ударів), раз	ч	6	5	4	3	
	ж	6	5	4	3	
Атакуючий удар м'ячом у визначену зону (з 10 ударів), раз	ч	50	40	30	20	
	ж	40	30	20	10	
<b>Легка атлетика</b>						
Спробок у довжину з розбігу, м	ч	5,00	4,70	4,40	4,10	
	ж	4,00	3,70	3,40	3,10	
Метання ядра 7,260 кг двома руками вперед, м	ч	10	8	7	6	
	ж	10	8	7	6	
Метання ядра 4 кг двома руками вперед, м	ч	16	13	10	7	
	ж	19	16	11	7	
Підтягування на порекладні якорі (ч), жмень (ж), раз	ч	100	80	60	50	
	ж	50	40	30	25	

місяць	норматив	Ч/Ж	Бали					
			5	4	3	2	1	
1	7 тижень	ч	16	14	12	10	8	
		ж	30	20	10	7	3	
2	12 тижень	ч	53	47	40	34	28	
		ч	8	6	4	2	1	
		ч	10	7	4	3	2	
		ч	10	7	4	3	2	
		ч	10	7	4	3	2	

3 семестр

місяць	норматив	Ч/Ж	Бали					
			5	4	3	2	1	
1	7 тижень	ч	16	14	12	10	8	
		ж	30	20	10	7	3	
2	12 тижень	ч	53	47	40	34	28	
		ч	8	6	4	2	1	
		ч	10	7	4	3	2	
		ч	10	7	4	3	2	
		ч	10	7	4	3	2	

4 семестр

місяць	норматив	Ч/Ж	Бали					
			5	4	3	2	1	
1	7 тижень	ч	10	8	6	4	2	
		ч	60	45	30	20	10	
		ч	100	80	60	50	40	
2	12 тижень	ч	12	10	8	6	4	
		ч	10	8	7	6	5	
		ч	12	10	8	7	6	
		ч	60	50	40	30	20	



<https://akrtpowerlifting.com/files/Powerlifting.pdf>

6. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різними видами спорту.  
аURL: <http://infz.dp.ua/files-documents/terozh/ZO-A1/A1-0000-16-C1-15.pdf>

7. Теоретичні і методичні засади навчання гуртового спорту курсанта військового закладу вищої освіти у процесі фізичного виховання

URL: [https://npuedu.ua/images/files/vidit\\_aspirant](https://npuedu.ua/images/files/vidit_aspirant)

8. Теорія і методика атлетизму. URL: [http://prints.cdu.edu.ua/369/1/Atletizm\\_.pdf](http://prints.cdu.edu.ua/369/1/Atletizm_.pdf)

9. Фредерик Делаве. Анатомія силових вправ

URL: [https://naur.files.wordpress.com/2012/09/anatom\\_a.pdf](https://naur.files.wordpress.com/2012/09/anatom_a.pdf)

#### Методичне забезпечення

1. Ступунько Є. Г. Вплив фізичних вправ на розумову працездатність людини: методичні рекомендації. Суми, 2015 – 29с.

2. Ступунько Є. Г. Загальна характеристика засобів відновлення і стимуляції працездатності спортсменів: методичні рекомендації. Суми, 2014 – 30с.

3. Євтушенко Є. Г. Особливості методики розвитку силових якостей: методичні рекомендації. Суми, 2012. 27 с.

4. Ступунько Є. Г. Особливості методики розвитку психічно-силової якостей: методичні рекомендації. Суми, 2013 – 27с.

#### Відео ресурси

1. Будь в формі! Тренування в домашніх умовах на всі групи м'язів

[https://www.youtube.com/watch?v=Aj4LBoQ9b\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=Aj4LBoQ9b_o)

2. Універсальна розминка <https://www.youtube.com/watch?v=mpx4xTh9krQE>

3. Комплекс Кросфіт для початківців [https://www.youtube.com/watch?v=I724oz\\_w\\_LU](https://www.youtube.com/watch?v=I724oz_w_LU)

4. Комплекс силових вправ на всі групи м'язів вдома

<https://www.youtube.com/watch?v=OOY9rPMgHnU>

5. 10 стратегій тренування м'язів ніг. <https://www.youtube.com/watch?v=dIzw1j5XcLo>

6. Тренування Табата. <https://www.youtube.com/watch?v=23WTVBzd1JE>

7. 35 вправ для чоловіків з умовними фітнес петлями

<https://www.youtube.com/watch?v=CupHj1Lka0>

8. Основні вправи Кросфіту 50 Best Crossfit Exercises Ever. EPIC!

<https://www.youtube.com/watch?v=Aa8LQTES5IY>

9. Програма тренувань в тренажерному залі. [https://www.youtube.com/watch?v=Y01wr\\_f-ujg](https://www.youtube.com/watch?v=Y01wr_f-ujg)

10. Програма тренувань з гантелями. 3 дні на тиждень.

[https://www.youtube.com/watch?v=5\\_DyVqZusQ0](https://www.youtube.com/watch?v=5_DyVqZusQ0)

11. Цюковий все тіло за 10 хвилин <https://www.youtube.com/watch?v=5BQe7PNQRNk>

12. Вправи для зміцнення м'язів живота. <https://www.youtube.com/watch?v=BY1Jbigal0b8>

13. Тренування для чоловіків без залу в домашніх умовах

<https://www.youtube.com/watch?v=J3Rz0rpfyfs>

14. Вправи для розвитку гнучкості. <https://www.youtube.com/watch?v=Hd-9RQB1B94>

15. 16 кроків вправ з еспандерами <https://www.youtube.com/watch?v=RZ11POnPKgk>

### 5.3. Формативне оцінювання

№	Результат формативного оцінювання	
	Щотижнево, упродовж семестру	Дата
1	Слідує за вказівками у групі та здатність працювати зосереджено	
2	Індивідуальні бесіди про результати виконаних завдань	
3	Обговорення комплексів вправ для збереження та зміцнення здоров'я студентів	
4	Аналіз вправ для розвитку професійно важливих рухових якостей	

### 6. НАВЧАЛЬНІ РЕСУРСИ (ЛІТЕРАТУРА)

#### Основні джерела

1. Основні підготовки у гуртовому спорті: навч.-метод. посіб. / Г. П. Гривал, П. Ткаченко. – Житомир: Вид-во "Рута", 2013. – 100с

2. Певчерітлінг. Теорія і методика викладання. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. — Черкаси: Вид. від. ЧДУ імені Богдана Хмельницького, 2011. — 460с.

3. Теорія і методика атлетизму: Навчальний посібник. / А.І. Стеценко, П.М. Гунько Черкаси 2011. – 216 с

#### Щирочинки, посібники

1. Атлетичні види спорту. Навчальний посібник з фізичного виховання для вищих навчальних закладів / Н.А. Олійник, О.О. Дуржинська, В.Б. Рудницький – Вінниця: ВНАУ, 2020 – 283 с.

2. Болдбицлінг: учеб. пособие для студ. высш. уч. завед. Р.Т. Раевский, В.Г. Данилов, Е.В. Масунова, под общ. ред. проф. Р.Т. Раевского. – О.: Наука и техника, 2011. – 208 с.

3. Милетич О.С. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різними видами спорту: навч. посібник. Дніпропетровськ: "Вега", 2015. – 111 с.

#### Інші джерела

1. Пронченко К. В. Теоретичні і методичні засади навчання гуртового спорту курсантів військового закладу вищої освіти у процесі фізичного виховання. – Дисертація кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.02. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2018.

#### Інформаційні ресурси

1. Атлетичні види спорту. URL: <http://repository.vsuu.org/getfile.php/24882.pdf>

2. Болдбицлінг. URL: [http://storage.library.oppu.ua/online/111/4/book\\_bb-2011.pdf](http://storage.library.oppu.ua/online/111/4/book_bb-2011.pdf)

3. Важка атлетика, методика підготовки юного вихованця URL: [https://stud.com.ua/173025/pedagogika/vazhka\\_atletika\\_metodika\\_pidgotovki\\_yunogo\\_vihovantetsa](https://stud.com.ua/173025/pedagogika/vazhka_atletika_metodika_pidgotovki_yunogo_vihovantetsa)

4. Основні підготовки у гуртовому спорті. URL: <http://prints.zi.edu.ua>

5. Певчерітлінг. Теорія і методика викладання. URL:

**Додаток 2**

Робочу програму перезатверджено на 2024 - 2025 навчальний рік зі змінами й доповненнями (засідання кафедри фізичного виховання від 5 червня 2024р., протокол №13).

Зміни до розділу "Оцінювання за освітнім компонентом" змінено бали в контрольних нормативах для оцінки розвитку технічних навичок та рухових якостей та скореговано розподіл балів, які отримують здобувачі під час вивчення ОК.

**Контрольні нормативи для оцінки рівня розвитку технічних навичок та рухових якостей**

1 семестр

№ п/п	Тижні	нормативи	В.І.Ф.	Бали												
				25	20	15	10	5	15	10	5	10	5			
1	7 тижнів	Підтягування на перекладині	ч	16	14	12	10	8	16	14	12	10	8	8		
			ж	24	19	16	10	8	16	14	12	10	8			
		Вис на згинуті руках, см	ч	55	40	30	20	10	55	40	30	20	10			
			ж	21	17	13	9	5	21	17	13	9	5			
2	12 тижнів	Попиток 2х тир. ( вага 16кг )	50	4	7	5	3	2	1	50	4	7	5	3	2	1
			60	4	9	7	5	3	1	60	4	9	7	5	3	1
			70	4	10	8	6	4	2	70	4	10	8	6	4	2
			80	4	12	10	8	6	4	80	4	12	10	8	6	4
			90	4	14	12	10	8	6	90	4	14	12	10	8	6
			90+	4	16	14	12	10	8	90+	4	16	14	12	10	8
		Ривок тир. ( вага 16 кг )	50	4	7	5	3	2	1	50	4	7	5	3	2	1
			60	4	9	7	5	3	1	60	4	9	7	5	3	1
			70	4	10	8	6	4	2	70	4	10	8	6	4	2
			80	4	12	10	8	6	4	80	4	12	10	8	6	4
			90	4	14	12	10	8	6	90	4	14	12	10	8	6
			90+	4	16	14	12	10	8	90+	4	16	14	12	10	8
		Підтягування на плідній лозі, раз	ж	8	6	4	2	1	8	6	4	2	1			
		Стрибок у довжину з місця, см	ж	210	196	184	172	160	210	196	184	172	160			

3 семестр

№ п/п	Тижні	нормативи	В.І.Ф.	Бали									
				15	12	10	8	6	15	10	8	6	
1	7 тижнів	Підтягування на перекладині з обмеженням (20% від ваги тіла)	ч	60	45	30	20	10	60	45	30	20	10
			ж	100	80	60	50	40	100	80	60	50	40
		Вис на пряміх руках на перекладині діаметром 30 мм, см	ч	100	80	60	50	40	100	80	60	50	40
		Стрибок на опорі, см	ч	100	80	60	50	40	100	80	60	50	40
		Значний рух з упорі на брусьях з обмеженням (20% від ваги тіла)	ч			8	6	4			8	6	4
		Стрибок на опорі, см	ж	25	20	15	10	5	25	20	15	10	5
		Підтягування турбота в од. з допомогою лямки за 1 хвилину, раз	ж	47	42	37	35	28	47	42	37	35	28

	80	1,40	1,25	1,10	55	45
	90	1,50	1,35	1,20	1,05	50
	90+	2	1,45	1,30	1,15	60
Наклад тулуба вперед з положення сидіння, см	ж	90	80	70	60	50
Утримання положення присід, спираючись спинною об стіну ("Спінлайф"), сек	ж	12	10	8	6	4
Вправа "Верті", раз	ж	12	10	8	6	4

5 семестр

Порядковий номер	І	ІІ	Бали				
			20	15	10	5	
<b>Нормативи</b>							
Розтяжка швидкісно-сповільнювачей	ч	ж	260	200	180	230	180
Спробок у довжину з місця (ч/ж)	ч	ж	13,0	13,5	14,0	14,5	16,0
Біг 100м (ч/ж)	ч	ж	14,5	15,0	15,5	16,0	16,0
Човниковий біг 4 x 9 м, сек	ч	ж	9,2	9,7	10,2	10,7	10,7
	ч	ж	10,5	11,1	11,7	12,0	12,0
<b>Опорний фітнес (ж)</b>							
			25	20	15	10	5
Згинання рук в упорі лежачи на підлозі, раз (жінки – в упорі на колінах)	ж	ж	25	20	15	10	5
Наклад тулуба вперед з положення сидіння, см	ж	ж	18	17	13	10	10
	ж	ж	20	18	14	10	10
<b>Опорний фітнес (ч)</b>							
			10	7	4	3	3
Жонглювання м'ячем (70% від ваги тіла), раз	ч	ч	10	7	4	3	3
Присід зі штангою (100% від ваги тіла), раз	ч	ч	10	7	4	3	3

6 семестр

Порядковий номер	І	ІІ	Бали				
			20	15	10	5	
<b>Нормативи</b>							
<b>Настільний теніс</b>							
Полов в захищену зону стосу, (з 10 ударів), раз	ч/ж	ч/ж	6	5	4	3	3
Атакуючий удар підлозком у захищену зону (з 10 спроб), раз	ч/ж	ч/ж	6	5	4	3	3
Відбивання м'яча від стіни без м'яча, раз	ч	ж			50	40	40
	ж	ж			40	30	30
<b>Легка атлетика</b>							
Метання м'яча 7,260 кг двома руками вперед, м	ч	ж			10	8	8
Метання м'яча 4 кг двома руками вперед, м	ч	ж	16	13	10	7	7
Підтягування на перекладинах: висок (ч), висок (ж), раз	ж	ж	19	16	11	7	7
Спробок на опору, см	ч	ж	100	80	60	50	50
Згинання рук в упорі на брускох з обтяженням (20% від ваги тіла)	ч	ж	50	40	30	20	25

Тижень	Модуль	Т	Бали					
			20	15	10	8	6	5
12 тижень	Метання м'яча 8 кг двома руками вперед, м	ч	10	8	7	6	6	5
		ч	60	50	40	30	20	20
		ч	1,20	1,10	60	50	40	40
		ч	1,30	1,15	1	45	30	30
		ч	1,40	1,25	1,10	55	45	45
		ч	1,50	1,35	1,20	1,05	50	50
2 тижень	Наклад тулуба вперед з положення сидіння, см	ж	2	1,45	1,30	1,15	60	60
		ж			18	17	13	13
		ж	90	80	70	60	50	50
3 тижень	Утримання положення присід, спираючись спинною об стіну ("Спінлайф"), сек	ж	12	10	8	6	4	4
		ж	12	10	8	6	4	4

3 семестр

Тижень	Модуль	Т	І	Бали					
				20	15	10	8	5	
1 тижень	Підтягування на перекладинах висок (ч), висок (ж), раз	ч	ж	16	14	12	10	8	8
		ж	ж	24	19	16	14	10	10
		ч	ж	30	20	10	7	3	3
		ч	ж			53	47	40	40
		ж	ж	8	6	4	2	1	1
		ч/ж	ч/ж	10	7	4	3	2	2
2 тижень	Присід зі штангою (100% від ваги тіла), раз	ч/ж	ч/ж	10	7	4	3	2	2
		ч	ж			10	7	4	4
		ч	ж			10	7	4	4
		ж	ж			210	196	184	184

4 семестр

Тижень	Модуль	Т	І	Бали						
				15	12	10	8	6	6	
1 тижень	Підтягування на перекладинах з обтяженням (20% від ваги тіла)	ч	ж	6	4	4	2	2	2	
		ч	ж	60	45	30	20	10	10	
		ч	ж	100	80	60	50	40	40	
		ч	ж			8	6	4	4	
		ч	ж			8	6	4	4	
		ч	ж			8	6	4	4	
2 тижень	Спробок на опору, см	ж	ж	25	20	15	10	5	5	
		ж	ж	50	40	30	20	10	10	
		ж	ж	47	42	37	33	28	28	
		ж	ж			20	15	10	8	6
		ж	ж			8	7	6	5	5
		ж	ж			8	7	6	5	5
3 тижень	Метання м'яча 8 кг двома руками вперед, м	ч	ж	60	50	40	30	20	20	
		ч	ж	60	50	40	30	20	20	
		ч	ж	1,20	1,10	60	50	40	40	
		ч	ж	1,30	1,15	1	45	30	30	
		ч	ж			20	15	10	8	6
		ч	ж			8	7	6	5	5

### 6.1.2. Методичне забезпечення

1. Євтушенко С.Г. Рухова активність студентів у позанавчальних спортивно-оздоровчих заходах. Методичні записки. Суми: СНАУ, 2024. 29 с.
2. Євтушенко Є.Г. Методика організації групових занять з фітнесу силового напрямку. Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2023. 33 с.
3. Євтушенко Є.Г. Розвиток якостей студентів заходами фітнесу. Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2022. 41 с.
4. Євтушенко Є.Г. Особливості навчання техніко-тактичним діям в настільному тенісі. Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2020. 40 с.
5. Євтушенко Є.Г. Особливості тренування жінок в легкій атлетці. Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2019. 30 с.
6. Салащенко І. О. Вплив рухової активності на фізичний стан студентів закладів вищої освіти. Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2024р. 20с.
7. Салащенко І. О. Моделі фізичного виховання студентів закладів вищої освіти. Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2024р. 26с.
8. Самохвалова І. Ю. Розвиток рухових якостей студентів в умовах дистанційного навчання : методичні рекомендації для самостійної роботи студентів. Суми, 2021. 43 с. <http://repo.snu.edu.ua/handle/123456789/8738>
9. Самохвалова І. Ю. Інтервали кардіотренування: методичні рекомендації. Суми, СНАУ, 2024. 36 с.
10. Сахненко А. В. Фізичне виховання. Основи методики фітнесу: методичні рекомендації для практичних занять для студентів усіх спеціальностей, що реалізуються на першому бакалаврському рівні вищої освіти. Суми: СНАУ, 2024. 47 с.
11. Сахненко, А. В. Техніка виконання вправ з крокфуту: методичні рекомендації щодо проведення практичних занять. Суми, 2019. 40 с.
12. Харченко С. М. Фізичне виховання. Основи техніки самозахисту. Частина 1. Збільшення від захоплення та обколелень: методичні рекомендації. Суми, СНАУ, 2023. 30 с.

### 6.1.4. Додаткові джерела

1. Долгова Н. О., Остапенко Ю. О., Горієва А. О., Салащенко І. О. Зміна показників рухових якостей злужбуків вищої освіти з порушеннями зору засобами гри в голбол. *Спортивні ігри*, 2024, №2 (32) С. 47–58.
2. Євтушенко Є. Г. Особливості мотивації студентів до активного способу життя засобами силового фітнесу. *Вісник науки та освіти*. Серія «Педагогіка». 2023. Вип. № 12(18). С. 485-498.
3. Євтушенко Є. Г. Залучення студентської молоді до активного дозвілля у позанавчальний час засобами силового фітнесу. *Вісник науки та освіти*. Серія «Педагогіка». 2024. Вип. №(19). С. 835-848.
4. Євтушенко Є., Білобров В., Дельяба М., Мазур В., Мерлов С. Моніторинг арсеналу рідкісних прайврів боротьби самбо. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2023. Вип. 2 (160). С. 136-142.
5. Євтушенко Є. Г., Хадячок О., Турчинов А., Ванюк Д., Баловська А. Впровадження бінарних занять у систему спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів правоохоронила. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури

### Доповнення до розділу 6. НАВЧАЛЬНІ РЕСУРСИ (ЛІТЕРАТУРА)

#### 6.1.1 Підручники, посібники

1. Вершигора В. В., Фролова Л. С. Спортивні ігри : настільний теніс, бадмінтон: навчально методичний посібник. Черкас, 2015. 69 с. <http://snucl.lib.edu.ua>
2. Євтушенко Є. Г., Салащенко І. О., Хомська С. В., Харченко Р. М. Методика навчання гри в настільний теніс : навчально-методичний посібник. Суми, 2021. 94 с. <http://repo.snu.edu.ua/8080/xmlui/handle/123456789/8685>
3. Євтушенко С. Г., Самохвалова І. Ю., Харченко С. М., Слєпачук Н. М., Коломієць А. Я. Основи техніки і навчання основами дисциплин легкої атлетики: навчально – методичний посібник. Суми, СНАУ, 2024. 106 с.
4. Івак П. М., Сіряк А. Є. Бадмінтон : навчально-методичний посібник. Суми : Сумський державний університет, 2017. 111 с. [https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/65959/1/lnpdyk\\_badminton.pdf](https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/65959/1/lnpdyk_badminton.pdf)
5. Круцевич Т. Ю., Панасюк Н. Є., Кривичкова О. Д. Теорія і методика фізичного виховання: навч. для студ. виш. навч. закл. фіз. виховання і спорту. К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид – во «Юліан-д-раз», 2017. 12. 448с.
6. Кулик, Н. А., Сахненко А. В., Лазоренко С. А. Фізичне виховання студентів. Комплекс фізичних вправ для розвитку рухових здібностей. Суми, 2019. 188 с.
7. Костенко М.П., Краснов В. П., Отришко О. В. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник. К.: НУБіП України, 2019. 87 с. URL: [http://nubip.edu.ua/sites/default/files/futsal\\_v\\_zakladah\\_vishchoyi\\_ozvyi\\_2019.pdf](http://nubip.edu.ua/sites/default/files/futsal_v_zakladah_vishchoyi_ozvyi_2019.pdf)
8. Носко М.О., Архипов А., Жула В. П. Волейбол у фізичному вихованні студентів. К.:ММІ «Лес», 2015. 396 с. <https://zenodo.org/record/46821/files/pdf.pdf>
9. Писляк Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія. Суми : ДВНЗ «УАБС ІІСУ», 2009. 312 с. URL: [https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/50523/1/Резюме\\_Fizichna\\_pidgotovka.pdf](https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/50523/1/Резюме_Fizichna_pidgotovka.pdf)
10. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс]. Режим доступу : [http://ebooks.kitpe.net/book\\_202.html/](http://ebooks.kitpe.net/book_202.html/).
11. Салащенко І. О., Харченко С. М., Євтушенко Є. Г., Коломієць А. Я. Основи фізичного виховання для самостійних занять студентів під час карантину : навчально методичний посібник. Суми: СНАУ, 2020. – 90 с. <http://repo.snu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/30>
12. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М., Сахненко А. В., Салащенко І. О., Коломієць А. Я. Організація самостійних оздоровчих занять студентів аграрного університету: навчально – методичний посібник. Суми, СНАУ, 2024. 108 с.
13. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М., Коломієць А. Я. Теоретико – методичні основи навчання техніки легкоатлетичних вправ студентів закладів вищої освіти: навчально – методичний посібник. Суми, 2021. 99 с. <http://repo.snu.edu.ua/8080/xmlui/handle/123456789/9792>
14. Спортивні ігри в системі фізичного виховання студентів аграрного університету : навчально – методичний посібник / І. Ю. Самохвалова, С. М. Харченко, А. Я. Коломієць. Суми, 2023. 99с.
15. Стратій Н. В., Грищенко О. І., Істомік А. Г., Вертецьківа Ю. А., Кушич Д. В., Поспайко А. О. Методика навчання техніки гри у волейбол студентів вищих навчальних закладів: Навчальний посібник. Харків, ХНМУ, 2012.104с. [https://olimpakovalova.jimdofree.com/app/download/9249725850/metodika\\_volleybala.pdf?token=1508614735](https://olimpakovalova.jimdofree.com/app/download/9249725850/metodika_volleybala.pdf?token=1508614735)
16. Тучинська Т. А., Руденко С. В. Баскетбол: навч.-метод. посібник. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2015. 100с. <http://eprints.cnu.edu.ua/439/1/571366e0e79841e487ec7313bc0a0243.pdf>
17. Харченко С. М., Самохвалова І. Ю., Коломієць А. Я. Розвиток координаційних здібностей студентів аграрного університету засобами спортивних ігор у процесі

- (фізична культура і спорт), 2023. Вип. 1 (159). С. 105-110.
6. Євтушенко Е. І., Партико Н. В., Іванченко О. М., Малица С. Б., Пастерізацький В. В. Удосконалення системи фізичного виховання майбутніх фахівців спеціальності 081 «Право». *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і заочній освіті*. Київ, 2022. Вип. № 80, Т. 1, С. 161 – 167.
  7. Кисельов В., Самохвалова І. Розвиток швидкісно - силових якостей студентів - викладачів групи підвищених спортивних майстерності засобами кросфіту. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Сум ДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. №1 (123). С. 62 - 72.
  8. Кисельов В. О., Харченко С. М. Ефективність тренувальної програми з фізичної підготовки футбольних арбітрів. *Олімпійський та паралімпійський спорт*. СумДПУ імені А. С. Макаренка. Суми. Видавничий дім "Тельветика", 2024. Випуск 1. С. 77 - 84.
  9. Кисельов В. О., Харченко С. М., Гоцаренко В. І. Сучасний стан розвитку аматорського футболу Сумської області. *Олімпійський та паралімпійський спорт*. СумДПУ імені А. С. Макаренка. Суми. Видавничий дім "Тельветика", 2024. Випуск 1. С. 84 – 90.
  10. Ковалюк І. М., Рибалко П. Ф., Корж - Усенко Л. В., Красілова А. Д., Жуков В. Л. Реформування системи фізичного виховання у закладах вищої освіти України. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми. Сум ДПУ ім. А. С. Макаренка, № 2 (106), 2021.
  11. Коломійць А. Я. Організаційно – методичні умови проведення самостійних занять фізичними вправами зі студентами – пертокурниками. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Науковий журнал Суми. Сум ДПУ ім. А. С. Макаренка, № 2 (96), 2020. С. 256 - 267.
  12. Коломійць А. Я. Оптимізація тренувального процесу щодо розвитку силових показників у юніорів засобами армспорту. *Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Вісник Кам'янець – Подільський, 2021. Випуск 22. С. 44– 49.
  13. Огіренко С. А., Коломійць А. Я. Кризові факти та явища в сучасному професійному і олімпійському спорті щодо участі в змаганнях спортсменів - трансгендерів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і заочній освіті*. Київ, 2021. №78. С.210 - 215.
  14. Лазаренко О. А., Коломійць А. Я., Химченко О. В. Інтелектуальні ігри античного світу. *Олімпійський та паралімпійський спорт*. Суми, СумДПУ імені А. С. Макаренка, Видавничий дім "Тельветика", 2024. Випуск 1. С.97 - 105.
  15. Остапенко Ю., Стасюк Р., Долцова Н., Салатенко І. Історичні аспекти та перспективи розвитку баскетболу в незалежній Україні як професійного виду спорту. *Спортивні ігри*, 2023. №2(28), С.72–84.
  16. Рибалко П. Ф., Самохвалова І. Ю. Аналіз розвитку рухових здібностей студенток закладів вищої освіти засобами спортивних ігор у процесі секційних занять. *Модернізація психології та педагогії. Збірник тезисів наукової конференції «Педагогіка формування творчої особистості у вищій і заочній освіті»*. Суми. Сум ДПУ ім. А. С. Макаренка, № 1 (105), 2021.
  17. Рибалко П. Ф., Прокопова Л. І., Гвоздецька С.В., Красілова А. Д., Пономаренко О. Мінімальна скла як базовий компонент диференційованого розвитку силових здібностей підлітків. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми. Сум ДПУ ім. А. С. Макаренка, № 1 (105), 2021.
  18. Самохвалова І. Ю., Рибалко П. Ф. Рухова активність та мотивація до занять з фізичного виховання студенток закладів вищої освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми. Сум ДПУ ім. А. С. Макаренка, № 10 (104), 2020. С. 89 - 109.
  19. Самохвалова І., Харченко С. Акмеологічні складові розвитку рухових якостей здобувачів вищої освіти. *Педагогічні науки: теорія і практика*. Вісник Запорізького національного університету, 2021. №2. С. 243 – 248.
  20. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М. Ефективність програми розвитку рухових умів студенток в умовах професійної підготовки. *Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Вісник Кам'янець – Подільський, 2021. Випуск 22. С. 71 – 81.
  21. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М. Використання фітнес програм у фізичному вихованні студенток закладів вищої освіти під час дистанційного навчання. *Реабілітаційні та фізіотерапевтико-рекреаційні аспекти розвитку людини*. Національний університет водного господарства та природокористування, 2022. №11. С. 157 - 163.
  22. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М. Методика розвитку рухових якостей студенток з урахуванням їх професійної підготовки. *Перспективні напрями розвитку фізичної культури, спорту, фітнесу та рекреації*. Наукова монографія. Рига, Латвія. "Valija Publishing", 2023. 396 с.
  23. Самохвалова І. Формування навичок здорового способу життя студентів в умовах неформальної освіти. *Сучасні освітні стратегії під впливом розвитку інформаційного суспільства та європеїзаційної інтеграції*. Наукова монографія. Рига, Латвія. "Valija Publishing", 2024. С. 386 - 420.
  24. Саквенко А.В., Крот Г.В. Концепція дослідження акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей з позицій системного та компетентнісного підходів. *Перспективи та інновації науки*. Серія «Педагогіка», 2022. № 2(7). С. 610-622.
  25. Саквенко А. В., Сугуєнко Є. І. Розвиток силових якостей студентів ЗВО аграрного профілю засобами і методами кросфіту. *Актуальні питання у сучасній науці*. Серія «Педагогіка», 2023. Вип. № 3(9), С. 474 – 487.
  26. Саквенко А. В. Організаційно-методичні аспекти фізичної підготовки пауерліфтерів-початківців. *Вісник науки та освіти*, 2024. № 4 (22). С. 1371-1380.
  27. Саквенко А. В. Зміст та завдання компонентів сучасної системи спортивної підготовки пауерліфтерів-початківців. *Актуальні питання у сучасній науці*, 2024. № 5 (23). С. 970-984.
  28. Харченко С. М., Салатенко І. О., Коломійць А. Я. Професійно – шкільна фізична підготовка студентів економічних спеціальностей та шляхи її покращення. *Матеріали ІХХХІ конференції «Актуальні наукові дослідження в сучасному світі» 26 – 27 квітня 2021 року*. Переяслав – Хмельницький. С. 56 – 58.
  29. Харченко С. Особливості свідомого відношення студентів закладів фіхової передвищої освіти до занять фізичною культурою. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, 2023. №10 (134). С.135 — 148.
  30. Alina Olkbovik, Oleksandr Yurchenko, Olga Yezhova, Viadyslav Smilianov, Inna Mordivinova, Ivan Salatenko, Alla Yurchenko, Otha Ihnatyeva (2019). Applying Physical Therapy on Scleroderma Patients. A Clinical Case. Acta Balneologica. Aluna Publishing. – 2019. Т. LXXI, № 4 (158). P. 283-288.
  31. Bukhovets, V. A. Kashuba, B. T. Dolinsky, V. H. Todorova, O. Andriyeva, A. Shankovskiy, I. Salatenko, V. Lutskiy, L. Kovalchuk. Physical rehabilitation of children with cerebral palsy by bobath-therapy method. Science, society, education: topical issues and development prospects. 10 - 12 May 2020.
  32. Dmytro Balashov, Iryna Samokhvalova, Ihor Kravchenko, Hennadii Kuziura, Oleksandr Panasiuk. DEVELOPMENT OF STUDENTS' MUSCLE STRENGTH STRATEGIES FOR SELF-PACED CLASSES. Conhecimento & Diversidade, Niterói, v. 16, n. 41 Jan./mar. 2024.

Робочу програму перезатверджено на 2023-2024 навчальний рік зі змінами й доповненнями (засідання кафедри фізичного виховання від «30» травня 2023р., протокол № 14).

Зміни до розділу «Навчальні ресурси (Література)»

Підрозділ «Навчальні посібники»

1. Вернигора В. В., Фролова Л. С. Спортивні ігри : настільний теніс, бадмінтон: навчально-методичний посібник. Черкаси, 2015. 69 с. <http://url.li/sfduz>
2. Ступулетко Є. Г., Салатенко І. О., Хоменко С. В., Харченко Р. М. Методика навчання гри в настільний теніс : навчально-методичний посібник. Суми, 2021. 94 с. <http://hero.sumu.edu.ua/8080/xmlui/handle/123456789/8685>
3. Індик П. М., Сірик А. Є. Бадмінтон : навчально-методичний посібник. Суми : Сузький державний університет, 2017. 111 с. [https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/65959/1/Indyk\\_badminton.pdf](https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/65959/1/Indyk_badminton.pdf)
4. Крулевич Т. Ю., Паласюк Н. С., Кривчишкіна О. Д. Теорія і методика фізичного виховання підруччя для студентів пед. закл. фіз. виховання і спорту, К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид – во «Олімп.-л.-рів», 2017. Т2. 448с.
5. Кулик, П. А., Салатенко А. В., Лазорешко С. А. Фізичне виховання студентів. Комплекс фізичних вправ для розвитку рухових здібностей. Суми, 2019. 188 с.
6. Костенко М.П., Красюк В. П., Огришко О. В. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник. К.: НУБіП Ужредин, 2019. 87 с. URL: [http://nubip.edu.ua/sites/default/files/fitzal\\_v\\_zakladah\\_vishchoyi\\_ostviti\\_2019.pdf](http://nubip.edu.ua/sites/default/files/fitzal_v_zakladah_vishchoyi_ostviti_2019.pdf)
7. Носко М.О., Архипов О. А., Жула В. П. Волейбол у фізичному вихованні студентів. К.: МП Леся, 2015. 396 с. <https://zenodo.org/record/46821/files/pdf.pdf>
8. Пилипей, Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія. Суми : ДВНЗ "УАБС "НБУ", 2009. 312 с. URL: [https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/50523/1/Puypel\\_Fizyczna\\_pidgotovka\\_rb.pdf](https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/50523/1/Puypel_Fizyczna_pidgotovka_rb.pdf)
9. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс] Режим доступу : [http://ebooks.kitpc.net/book\\_202.html/](http://ebooks.kitpc.net/book_202.html/).
10. Салатенко І. О., Харченко С. М., Силушко С. Г., Коломієць А. Я. Основи фізичного виховання для самостійних занять студентів під час карантину : навчально-методичний посібник. Суми : СНАУ, 2020. – 90 с. <http://hero.sumu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/30>
11. Стратій Н. В., Гришченко О. І., Істомін А. Г., Верстельницька Ю. А., Кудий Д. В., Посиняк А. О. Методика навчання техніки гри у волейбол студентів вищих навчальних закладів: Навчальний посібник. Харків, ХНМУ, 2012. 104с. <https://oleksandrivna.jimdofree.com/app/download/9249725850/metodika-navchannya+voleybu+ru.pdf?1=1508614735>
12. Харченко С. М., Самохвалова І. Ю., Коломієць А. Я. Розвиток координаційних здібностей студентів аграрного університету засобами спортивних ігор у процесі

33. Hryhoriv Y., Butenko Y., Kabanets V., Filon V., Kruchko L., Bondarivna L., Mikulian M., Yevushenko Y., Polyvaniy A., Kovalenko V. 2024. Perspectives of Growing Energy Crops for the Production of Different Types of Biofuel. *Ecological Engineering & Environmental Technology*, 25(5), 191-197.
34. Iryna Ivanushyn, Oleksandr Lemak, Ihor Vyrasniak, Iryna Sultanova, Oleh Vimoniak, Ivan Salatenco, Oleksandr Huzak *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 21 (Suppl. issue 5), Art. 384 pp 2890 – 2900, Oct 2021.
35. Lazorenko S., Loza T., Samokhvalova I., Khomenko E., Olijnyk N. Preparation of Future Specialists in Physical Culture and Sports for the Use of Digital Health Technologies in Professional Activity. 44th International Convention on Computers in Education (MIPRO) (September 27 – October 1, 2021), Opatija, Croatia, 2021, pp. 673-677.
36. Namulia Seiko, Mykola-Oleg Yershov, Anna Sakhnenko, Marina Shevchenko, Roman Bezsmertny, Inna Kostyura. *Multimedia Technologies As A Basis For The Development Of Modern It Education In Ukraine. IJCSNS International Journal of Computer Science and Network Security*, VOL.21 No.11, November 2021, pp. 363-367.
37. Ovecharuk V., Maksymchuk B., Ovecharuk V., Khomenko O., Khomenko S., Yevushenko Y., Rybalko P., Pustovit H., Myronenko N., Syvokhop Y., Sheian M., Matvichuk T., Solovyov V., & Maksymchuk I. Forming Competency in Health Promotion in Technical Specialists Using Physical Education. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*. 2021. Vol.13(3), 01-19.
38. Smurnova, T., Fabian, M., Prokopenko, L., Samokhvalova, I., & Lyryun, O. (2022). The formation of theoretical thinking as a phenomenon of increasing the efficiency of the intercultural component in the context of the modern information society. *Revista Eduweb*, 16(4), 117-130.
39. Todorova V., Rybalko P., Duhynska O., Khomenko O., Gvozdeska S., Krasivov A., Yevushenko Y. *Mma Exercises in Physical Education of 17-18 Year Old Students Proposits u Representaciones. Journal of Educational Psychology* May, 2021, Vol. 9, SP4(3), e1162
40. Uliana Karbivska, Andrii Butenko, Maksym Kozak , Vasyi Filon , Mariia Bahorcka, Natalija Yurechenko, Olena Psychechenko, Kateryna Kyrylchuk, Serhii Kharchenko, Ievgenii Kovalenko. Dynamics of productivity of leguminous plant group during long-term use on different nutritional backgrounds, 2023. 24(6). P. 190-196.
41. Vitalii Kovalenko, Oksana Tonkha, Mykhailo Fedorchuk, Andrii Butenko, Valentina Toriyani, Gennadiy Dovudenko, Roman Bordin, Serhii Kharchenko, Anton Polyvaniy. The Influence of Elements of Technology and Soil-Climatic Factors on the Agrobiological Properties of Onobrychis Vicifolia. *Ecological Engineering & Environmental Technology* 2024, 25(5), 179-190.
42. Vira Petruk, Yulita Rudenko, Artem Yurchenko, Inna Kharchenko, Serhii Kharchenko, Olena Semenikhina. Analysis of the Results of the Pedagogical Experiment on the Integrated Analysis of the Average and Dispersions. *International Journal of Modern Education and Computer Science(IJMCS)*, Vol.14, No.6, pp. 25-34, 2022.
43. Vyrasniak I, Ivanushyn I, Lutsii V, Huzak O, Yurkymuk V, Salatenco I, Svatsev A. The influence of the ethno-territorial factor on the state of physical abilities development of students of Ukrainian educational institutions. *Pedagogy of Physical Culture and Sports* 2022,26(6).
44. Yulita Nenko, Serhii Medynskiy, Borys Maksymchuk,Lidlia Lymarenko, Serhii Kharchenko, Andrii Kolomiets, Iryna Maksymchuk *Communication training of future sports coaches in the context of neurophysiological patterns.Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 2022, Volume13,issue1, pp.42- 60.

Завідувач кафедри фізичного виховання

Сергій ХАРЧЕНКО

неформальної фізкультурної освіти: навчально – методичний посібник. Суми: Видавництво ФОРД Цеома, 2019. 98с. <http://repo.snu.edu.ua:8080/xmlui/handle/123456789/8618>

13. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М., Коломієць А. Я. Теоретико – методичні основи навчання техніки легкоатлетичних вправ студентів закладів вищої освіти: навчально – методичний посібник. Суми, 2021. 99 с. <http://repo.snu.edu.ua:8080/xmlui/handle/123456789/9792>

14. Спортивні ігри в системі фізичного виховання студентів аграрного університету: навчально – методичний посібник / І. Ю. Самохвалова, С. М. Харченко, А. Я. Коломієць. Суми, 2023. 99с.

15. Тучинська Т. А., Руденко Є. В. Баскетбол: павч-метод. посібник. Черкаси: ЦПУ імені Богдана Хмельницького, 2015. 100с. <http://eprints.edu.ua/439/1/571366e0e79841e487e5c7313bea0243.pdf>

**Доповнення до розділу « Навчальні ресурси (Література)», підрозділ « Додаткові джерела».**

1. Коломієць А. Я. Організаційно – методичні умови проведення самостійних занять фізичних вправами зі студентами – першокурсниками. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Науковий журнал. Суми: Сум ДПУ ім. А.С.Макаренка, № 2 (96), 2020. С. 256 - 267.

2. Коломієць А. Я. Оптимізація тренувального процесу щодо розвитку силових показників у юніорів засобами армспорту. *Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. *Вісник Кам'янець – Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Кам'янець – Подільський, 2021. Випуск 22. С. 44 – 49.

3. Лазоренко С. А., Коломієць А. Я. Кризові факти та явища в сучасному професійному і олімпійському спорті щодо участі в змаганнях спортсменів — трансгендерів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*, 2021. №78. С210 — 215.

4. Самохвалова І. Ю. Неформальна фізкультурна освіта студентів. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» ім. Т. Г. Шевченка*. Серія: *Педагогічні науки*. Випуск №3 (159). Чернігів, 2019. С.292 – 295.

5. Самохвалова І. Ю., Рибалко П. Ф. Рухова активність та мотивація до занять з фізичного виховання студенток закладів вищої освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Науковий журнал – Суми: Сум ДПУ ім. А.С.Макаренка, № 10 (104), 2020.

6. Самохвалова І. Акмеологічні складові розвитку рухових якостей здобувачів вищої освіти/ І. Ю. Самохвалова, С. М. Харченко. *Педагогічні науки: теорія і практика*. *Вісник Запорізького національного університету*, 2021. №2. С. 243 – 248.

7. Самохвалова І. Ю. Ефективність програми розвитку рухових умінь студенток в умовах професійної підготовки / І. Ю. Самохвалова, С. М. Харченко. *Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. *Вісник Кам'янець – Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Кам'янець – Подільський, 2021. Випуск 22. С. 71 – 81.

8. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М. Використання фітнес програм у фізичному вихованні студенток закладів вищої освіти під час дистанційного навчання. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини*. Національний університет водного господарства та природокористування, 2022 №11. С. 157 – 163.

9. Сахенко А.В., Крот Г.В. Концепція дослідження акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей з позицій системного та компетентнісного підходу. «Перспективи та інновації науки» *Серія «Педагогіка»*, 2022. № 2(7). С. 610-622.

16. Рибалко П. Ф., Самохвалова І. Ю. Аналіз розвитку рухових здібностей студенток закладів вищої освіти засобами спортивних ігор у процесі сесійних занять. *Modern researcher in psychology and pedagogy: Collectivemethodograph*. Riga: Izdevnieciba "Baltija Publishing", 2020. 428р. С.333-352.

17. Рибалко П.Ф., Прокопова Л.І., Гвоздецька С.В., Кривош А. Д., О. Пономаренко. Мінімальна сила як базовий компонент диференційованого розвитку силових здібностей підлітків. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Науковий журнал – Суми: Сум ДПУ ім. А.С.Макаренка, № 1 (105), 2021.

18. Харченко С. М., Салатенко І. О., Коломієць А. Я. Професійно – прикладна фізична підготовка студентів економічних спеціальностей та шляхи її покращення. *Матеріали LXXXII конференції «Актуальні наукові дослідження в сучасному світі»* 26 – 27 квітня 2021 року. Переяслав – Хмельницький. С. 56 – 58.

19. DmytrotLytvynov, Olenalibivova,NataliaBorys, AndriiButenko, IgorMasyk, ViktorJnychko,LidiaKhomenko,NataliaTerokhina,Serhiikharchenko. The Typicality of Hydrothermal Conditions of the Forest Steppes and Their Influence on the Productivity of Crops *Journal of Environmental Research, Engineering and Management*. Vol. 76. No 3. 2020pp.84 – 95. DOI:10.5755/J01.Erem76.3.25365

20. Olena Semenog<sup>1</sup>, Artem Yurchenko<sup>1</sup>, Olga Udovychenko<sup>1</sup>, Inna Kharchenko, Sergii Kharchenko<sup>2</sup>. Formation of Future Teachers' Skills to Create and Use Visual Models of Knowledge. *TEM Journal*. Volume 8, Issue 8, Page 275-283, ISSN 2217-8309, DOI: 10.18421/JTEM81-38, February 2019. pp. 275 – 283.

21. DmytrotLytvynov, OlenaLitvinova,NataliaBorys, AndriiButenko, IgorMasyk, ViktorJnychko,LidiaKhomenko,NataliaTerokhina,Serhiikharchenko. The Typicality of Hydrothermal Conditions of the Forest Steppes and Their Influence on the Productivity of Crops *Journal of Environmental Research, Engineering and Management*. Vol. 76. No 3. 2020pp.84 – 95. DOI:10.5755/J01.Erem76.3.25365

22. Lazorenko S., Loza T., Samokhvalova I., Khomenko E., Olijnyk N. Preparation of Future Specialists in Physical Culture and Sports for the Use of Digital Health Technologies in Professional Activity. *44th International Convention on Computers in Education (MIPRO)* (September 27 – October 1, 2021), Opatjja, Croatia, 2021, pp. 673-677.

23. NataliiaSeiko, Mykola-OlegYershov, AnnaSakulenko, MarinaShevchenko, RomanBezsmertnyy, InnaKostyrya. Multimedia Technologies As A Basis For The Development Of Modern It Education In Ukraine. *IJCSNS International Journal of Computer Science and Network Security*, VOL.21 No.11, November 2021, pp. 363-367. doi.org/10.22937/IJCSNS.2021.21.11.49

24. Yulhia Nenko, Serhii Medynskiy, Borys Maksymchuk,Lidia Lymarenko, Serhii Kharchenko, Andrii Kolomiets, Iryna Maksymchuk Communication training of future sports snatches in the context of neurophysiological patterns.Brain. *Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 2022, Volume13,issue1,pp42-60.

25. Smytynova, T., Fabian, M., Prokopenko, L., Samokhvalova, I., & Lytvyn, O. (2022). The formation of theoretical thinking as a phenomenon of increasing the efficiency of the intercultural component in the context of the modern information society. *Revista Eduweb*, 16(4), 117-130.

Завідувач кафедри фізичного виховання

Сергій ХАРЧЕНКО

**РЕЦЕНЗІЯ НА РОБОТУ ПРОГРАМУ (СИЛАБУС)  
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ**

Параметр, за яким оцінюється робота програми (силабус) освітнього компонента гарантом або членом педагогічної групи	Так Ні	Коментар
Результати навчання за освітнім компонентом (ДРН) відповідають НРК		
Результати навчання за освітнім компонентом (ДРН) відповідають передбаченим ІРН (для обов'язкових ОК)		
Результати навчання за освітнім компонентом дають можливість виміряти та оцінити рівень їх досягнення		

Члени проєктної групи ОП:

Параметр, за яким оцінюється робота програми (силабус) освітнього компонента викладачем	Так Ні	Коментар
Затягла інформація про освітній компонент є достатньою відповідати навчання за освітнім компонентом (ДРН) відповідають ІРК		
Результати навчання за освітнім компонентом (ДРН) дають можливість виміряти та оцінити рівень їх досягнення		
Результати навчання (ДРН) стосуються компетентностей студентів, а не змісту дисципліни (містять знання, уміння, навички, а не теми навчальної програми дисципліни)		
Зміст ОК сформовано відповідно до структурино-логічної схеми		
Навчальна активність (методи викладання та навчання) дає змогу студентам досягти очікуваних результатів навчання (ДРН)		
Освітній компонент передбачає навчання через дослідження, що є доцільним та достатнім для відповідного рівня вищої освіти		
Стратегія оцінювання в межах освітнього компонента відповідає політиці Університету/факультету		
Передбачені методи оцінювання дозволяють оцінити ступінь досягнення результатів навчання за освітнім компонентом		
Навантаження студентів є адекватним обсягу освітнього компонента		
Реконструовані навчальні ресурси є достатніми для досягнення результатів навчання (ДРН)		
Література є актуальною		
Перелік навчальних ресурсів містить необхідні для досягнення ДРН програмні продукти		

Рцензент

(викладач кафедри фізичного виховання)



*Самсонова В. В.*