

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

Робоча програма (силабус) освітнього компонента

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

(секція фітнес атлетична гімнастика)

вибірковий

Реалізується в межах освітньої програми **Ветеринарна медицина**
за спеціальністю **211 Ветеринарна медицина**
на другому (магістерському) рівні вищої освіти

Суми – 2022

Розробник:  Свішченко 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  (Улько О.Л.)

Декан факультету, де реалізується освітня програма  (Нечипоренко О.Л.)

Рецензія на робочу програму (додається) надана: Харченко С.М. 
Методист відділу якості освіти, ліцензування та акредитації  (Бабак С.)

Зарєєстровано в електронній базі: дата: 26.06.2022 р.

© СНАУ, 2022 рік

Інформація про перегляд робочої програми (смайбус):

Початковий рік, в якому вноситься зміна	Номер доповіді до програмного опису зміни	Зміни розглянуто і схвалено	Гарант освітньої програми
2023-2024	1	Дата та номер протоколу засідання кафедри: 14.06.23	
2024-2025	2	Дата та номер протоколу засідання кафедри: 13.06.24	

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 (мажоритарність для об'єктів ОК)																																				
5. ОК може бути запропонований для (мажоритарність для вибіркової ОК)	Для спеціальності 211 Ветеринарна медицина drugому (магістерському) рівні вищої освіти																																			
6. Рівень НРК	7 рівень																																			
7. Семестр та тривалість навчання	1-5 семестр, 1-15 тижнів																																			
8. Кількість кредитів ЄКТС	5																																			
9. Загальний обсяг годин та їх розподіл	Контактна робота/заняття																																			
<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Десятиліття</th> <th colspan="5">Практичне/семинарські</th> <th colspan="3">Самост. робота</th> </tr> <tr> <th>Денна</th> <th>Зач. денна (семестр)</th> <th>Д</th> <th>Зач. денна</th> <th>Зач. денна</th> <th>Лабора торні</th> <th>За оч</th> <th>Ден на оч</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>30</td> <td>30</td> <td>30</td> <td>30</td> <td>30</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		Десятиліття	Практичне/семинарські					Самост. робота			Денна	Зач. денна (семестр)	Д	Зач. денна	Зач. денна	Лабора торні	За оч	Ден на оч		1	2	3	4	5					30	30	30	30	30			
Десятиліття	Практичне/семинарські					Самост. робота																														
	Денна	Зач. денна (семестр)	Д	Зач. денна	Зач. денна	Лабора торні	За оч	Ден на оч																												
	1	2	3	4	5																															
	30	30	30	30	30																															
10. Мова навчання	українська																																			
11. Викладач/Координатор освітнього компонента	Свішченко Євген Григорович, к. пед. н., доцент кафедри фізичного виховання																																			

2. РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ЗА ОСВІТНИМ КОМПОНЕНТОМ ТА ІХЗВ'ЯЗОК З ПРОГРАМНИМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ НАВЧАННЯ

11.	Контактна інформація	e13598@gmail.com
12.	Загальний опис освітнього компонента	Позитивним впливом освітнього компонента є підвищення розумової працездатності засобами фізичного виховання, розвиток функціональних можливостей організму; виконання потреби у систематичних заняттях фізичними вправами, формування життєво важливих фізичних та технічних здібностей, рухових навичок, волевільних здібностей для участі у змаганнях (серед груп, курсів, факультетів, спортивно-масових заходах, тощо). Вміти застосовувати набуті вміння та навички у вивченні інших освітніх компонентів та в подальшій життєдіяльності. Здійснювати просвітницьку діяльність серед працівників галузі та населення
13.	Мета освітнього компонента	Мета освітнього компонента – задовольнити об'єктивну потребу студентів у засвоєнні системи спеціальних знань, набути професійно-значимі вміння та навички, забезпечити достатній розвиток фізичних якостей, сприяти підготовці гармонійно розвинутих висококваліфікованих фахівців.
14.	Перелік умови виконання ОК, якщо є іншими освітніми компонентами ОК	Перелік умови виконання
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	

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

3. ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ)

1 семестр

Тема. Перелік питань, що будуть розглянуті в межах теми	Розподіл в межах загального блоку часу	Аудиторія						Рекомендована література
		Лек	ПЗ	Лаб	роб	Са	м.	
Тема 1. Вплив занять з обтяженням на організм людини. Техніка безпеки на заняттях з силових видів спорту. Термінологія атлетичних видів спорту. Історія розвитку важкої атлетики, пауерліфтингу, бодібілдінгу, гірського спорту. Траєкторія і його профілактика на заняттях з силових видів спорту. Матеріально-технічне забезпечення інвентарно-тренингівих занять з атлетизму. Класифікація та способи проведення змагань в силових видах спорту (в важкій атлетиці, пауерліфтингу, гірському спорті, пріорезлінгу) Розвиток побутової сили засобами важкої атлетики. Розвиток максимальної сили засобами пауерліфтингу.	8							Мислишин О.С. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різноманітними видами спорту: навч. посібник. Дніпропетровськ: "Вепа", 2015. – 111 с. Режиса доступа: http://lib.ibr.ua/files-document/tepovoi/ZO-A1/A1-1000-16-C1-15.pdf
Тема 2. Основи занять з атлетизму. Основи техніки спеціально-підготовчих вправ. Завдання для тренувань. Використання базових вправ на позитивних етапах тренування. Підбір вправ та складання плану тренувань з	6							Теорія і методика атлетизму: Навчальний посібник / А.І. Студеко, П.М. Гуцько. – Черкас, 2011. – 216 с Режиса доступа http://prints.cdu.edu.ua/269/1/Atletizm_.pdf

<p>уркування напрямку дії м'язів груп. Обладнання та інвентар для проведення занять з атлетизму. Особливості організації занять з атлетизму.</p>	<p>Тема 3. Гиревий спорт, віправа двоберства. Основні техніки ривка, напиривка важкої гри. Основні техніки поштовок. Поштовк двох гри з різномісцями темповими спробиженнями.</p>	<p>6</p>	<p>Бодибілдинг: учеб. пособие для студ. высш. уч. зава. Р.Т. Ревский, Н.Г. Ланко, Е.В. Макунова, под общ. ред. проф. Р.Т. Ревского. - О.: Наука и техника, 2011. - 208 с. Режим доступу http://storage.library.org/online/1114/book_b-2011.pdf</p>
<p>Основні підготовки у гирьовому спорті: парні метад, поєб. / Г.П. Грйбас, П.П. Ткаченко. Житомир: Вид-во "Рука", 2013. - 100с. Режим доступу http://prints.zi.edu.ua</p>	<p>Тема 4. Гиревий спорт, поштовок двох гри за довгим шкелем. Основні техніки поштовок двох гри за довгим шкелем. Розвиток силової витривалості.</p>	<p>6</p>	<p>Фредерик Делазье. Анатомия силовых упражнений. Режим доступу http://nifit.files.wordpress.com/2012/09/anatomie.pdf</p>
<p>Основні підготовки у гирьовому спорті: парні метад, поєб. / Г.П. Грйбас, П.П. Ткаченко. Житомир: Вид-во "Рука", 2013. - 100с. Режим доступу http://prints.zi.edu.ua</p>	<p>Тема 5. Удосконалення техніки гирьового спорту. Специальні підготовки. Загально-підготовчі віправа. Віправа для розвитку м'язів шир. рук. Віправа для розвитку м'язів тулуба. Тематичні заняття для розвитку сил на весь час відведений для віправа. Відштовх під час виконання віправа. Основні помилки техніки віправа. Використання лямки сесордік.</p>	<p>4</p>	<p>Всього за семестр 30</p>

3 семестр

<p>Тема 1. Основні заняття з атлетизму. Техніка виконання важкої атлетики. Основні техніки поштовок. Основні техніки ривка. Помилки, які викликають під час виконання важкої атлетики. Техніка змагальних віправа у пауерліфтингу. Специально-підготовчі віправа. Помилки, які викликають під час виконання змагальних віправа у пауерліфтингу.</p>	<p>Тема 1. Основні заняття з атлетизму. Техніка виконання важкої атлетики. Основні техніки поштовок. Основні техніки ривка. Помилки, які викликають під час виконання важкої атлетики. Техніка змагальних віправа у пауерліфтингу. Специально-підготовчі віправа. Помилки, які викликають під час виконання змагальних віправа у пауерліфтингу.</p>	<p>8</p>	<p>Мініччук О.С. Рекомендації з техніки виконання під час занять різномісцями видами спорту: шаре, поєбівник. Дипропетровськ: "Вега", 2015. - 111 с. Режим доступу http://nifit.dp.ua/mise-dokumenty/vezivki-ZO-A1/A1-0000-16-C1-15.pdf</p>
<p>Тема 2. Взаємодія змагальних віправа у пауерліфтингу. Загально-розвивальні віправа в силових видах спорту. Провіщення зі штангою на лічків. Жми лежачи. Ступова тага. Розвиток гнучкості, координації рухів. Загальна фізична підготовка. Використання гантель, штанг. Використання блочних тренажерних пристроїв. Використання резанових та пружинних ександерів Вітума і відновлення після різних за інтенсивністю тренувань.</p>	<p>Тема 2. Основні заняття з атлетизму і гирьового спорту. Обладнання та інвентар для проведення занять з атлетизму. Особливості організації занять з атлетизму. Основні техніки віправа у гирьовому спорті. Розвиток силової витривалості засобами гирьового спорту.</p>	<p>4</p>	<p>Основні підготовки у гирьовому спорті: парні метад, поєб. / Г.П. Грйбас, П.П. Ткаченко. - Житомир: Вид-во "Рука", 2013. - 100с. Режим доступу http://prints.zi.edu.ua</p> <p>Теорія і методика атлетизму: Навчальний посібник. / А.І. Степанко, П.М. Гулько. - Черкаси. 2011. - 216 с. Режим доступу http://prints.zi.edu.ua/2691/A1etizm.pdf</p> <p>Навчальний посібник для студента вищих навчальних закладів. - Черкаси: Вид. від. ЧЗУ імені Богдана Хмельницького, 2008. - 460с. Режим доступу http://ukrpowerlifting.com/files/Powerlifting.pdf</p>
<p>Тема 3. Взаємодія змагальних віправа у пауерліфтингу. Важкі атлетики, методика виконання важкої атлетики. Основні техніки поштовок. Основні техніки ривка. Помилки, які викликають під час виконання техніки змагальних віправа у важкій атлетиці. Техніка змагальних віправа у пауерліфтингу.</p>	<p>Тема 3. Основні заняття з пауерліфтингу і важкої атлетики. Техніка віправа у важкій атлетиці. Основні техніки поштовок. Основні техніки ривка. Помилки, які викликають під час виконання техніки змагальних віправа у важкій атлетиці. Техніка змагальних віправа у пауерліфтингу.</p>	<p>6</p>	<p>Всього за семестр 30</p>

2 семестр

<p>Тема 1. Основні заняття з пауерліфтингу і важкої атлетики. Техніка віправа у важкій атлетиці. Основні техніки поштовок. Основні техніки ривка. Помилки, які викликають під час виконання техніки змагальних віправа у важкій атлетиці. Техніка змагальних віправа у пауерліфтингу. Специально-підготовчі віправа. Помилки, які викликають під час виконання змагальних та допоміжних віправа у пауерліфтингу.</p>	<p>Пауерліфтинг. Теорія і методика виконання. Навчальний посібник для студента вищих навчальних закладів. - Черкаси: Вид. від. ЧЗУ імені Богдана Хмельницького, 2008. - 460с. Режим доступу http://ukrpowerlifting.com/files/Powerlifting.pdf</p> <p>Атлетичні види спорту. Навчальний посібник з фізичного виховання для вищих навчальних закладів / Н.А.Остапчук, О.О. Держанська, В.Б. Рудницький - Вінниця: ВНАУ, 2020 - 283 с. Режим доступу http://teropitauy.vinnu.org/getfile.php/24882.pdf</p> <p>Пауерліфтинг. Теорія і методика виконання. Навчальний посібник для студента вищих навчальних закладів. - Черкаси: Вид. від. ЧЗУ імені Богдана Хмельницького, 2008. - 460с. Режим доступу http://ukrpowerlifting.com/files/Powerlifting.pdf</p>	<p>6</p>	<p>Всього за семестр 30</p>
<p>Тема 2. Взаємодія змагальних віправа у пауерліфтингу. Загально-розвивальні віправа в силових видах спорту. Провіщення зі штангою на лічків. Жми лежачи. Ступова тага. Розвиток гнучкості, координації рухів. Загальна фізична підготовка. Використання гантель, штанг. Використання блочних тренажерних пристроїв. Використання резанових та пружинних ександерів.</p>	<p>Важкі атлетики, методика виконання важкої атлетики. Основні техніки поштовок. Основні техніки ривка. Помилки, які викликають під час виконання техніки змагальних віправа у важкій атлетиці. Техніка змагальних віправа у пауерліфтингу.</p>	<p>4</p>	<p>Всього за семестр 30</p>

Використання блочних тренажерних пристроїв. Використання еспандера. Вправи і відновлення після різних за інтенсивністю тренувань.					
Тема 5. Бодібілдінг. Програмний розвиток м'язів тіла. Дорощування програмної освіти м'язів бодібілдера. Програма тренувань з бодібілдінгу. Складання програм тренувань в підготовчий період. Спортивне харчування та особливості складу корисних речовин в раціоні бодібілдера. Протрава тренувань з бодібілдінгу. Складання програм тренувань в змагальний період.	6				Фредерик Делавей. Анатомія силового управління. Режим доступу https://major.files.wordpress.com/2012/05/anatomia.pdf
Всього за семестр	30				

5 семестр

Тема 1. Техніка безпеки і профілактика травматизму на заняттях різноманітними видами рухової активності. Правила поведінки під час занять. Загальні відомості про травми і причини їхнього виникнення.	2				Милитчик О.С. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різноманітними видами спорту: навч. довідник. Дніпропетровськ: "Вест", 2015. – 111 с. Режим доступу http://bibfiz.dp.ua/mias-dokumenty/teroziv/ZO-A1/A1-0000-16-C1-L5.pdf
Тема 2. Розвиток швидкісно-силової активності. Спеціальні бігові вправи. Низький старт (зависаний, розжимний, зближений), підбір старту. Біг відстань 10 – 20 м без сигналу, з сигналом. Стартове прискорення, фініш. (з різноманітністю) Біг з сигналом з різних напрямків пологими, стрибком з місця. Стрибок у довжину з місця. Естафети, словесні вправи.	6				Привалова С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс] С. І. Привалова. Режим доступу http://ebooks.kit.edu.ua/mias-document/teroziv/ZO-A1/A1-0000-16-C1-L5.pdf
Тема 3. Ударні по воротах на човністі (футзал). Спеціальні підготовчі вправи футболіста. Індивідуальні вправи з м'ячем на місці та в русі. Ударні по воротах. Ударні рухомою головою по рухомому та рухомому м'ячу. Ударні по воротах на точність. Вибір м'яча. Вибір м'яча закладанням ступні на м'яч. Вибір м'яча відновленням у випаді.	4				Костенко М.П., Крислов В. П., Опришко О. В. Футзал з закладом вищої освіти: Навчально-методичний посібник. К.: НУБіП України, 2019. 87 с. URL: http://bibfiz.dp.ua/sites/default/files/fizsal_u_zakladah_vishchoyi_ostivi_2019.pdf
Тема 4. Техніка веслярів м'яча. (фут зал). Веслярні м'ячі різноманітних способів досконалості. Індивідуальні вправи з м'ячем на місці. Фінтас (обидві руки). Зупинка м'яча грудьми, стегном, ступнею. Розвиток швидкісної, спеціальної витривалості. Розвиток статичної витривалості (бодірезований фітнес). Вправи без обтяження, з обтяженням, утримання положення тіла з опором, без опор. Пляжа.	6				Сакненко, А. В. Техніка виконання вправ з крокету: методичні рекомендації щодо проведення практичних занять. Суми, 2019. 40 с. Костенко М.П., Крислов В. П., Опришко О. В. Футзал з закладом вищої освіти: Навчально-методичний посібник. К.: НУБіП України, 2019. 87 с. URL: http://bibfiz.dp.ua/sites/default/files/fizsal_u_zakladah_vishchoyi_ostivi_2019.pdf Сакненко, А. В. Техніка виконання вправ з крокету: методичні рекомендації щодо проведення практичних занять. Суми, 2019. 40 с.
Тема 5. Навчання техніки ударів (фактальний теніс). Загальні поняття.	6				Бірюк І.Д. Настільний теніс: навчально-методичний посібник. – Рівне: НУБіП,

посібник з фізичного виховання для вищих навчальних закладів / Н.А.Олійник, О.О. Дуднішська, В.Б. Руднішський – Вінниця: ВНАУ, 2020 – 283 с.Режим доступу http://teroziv.dp.ua/sites/default/files/fiz24882.pdf					
Тема 4. Вивчення змагальних вправ у пауерліфтингу. Загально-розвивальні вправи в словесних видах спорту. Присідання зі штангою на плечах. Жем лежачи. Станова тяга. Розвиток гнучкості, координації рухів. Зав'язання фізична підготовка. Використання гантелей, штанг. Використання блочних тренажерних пристроїв. Використання резинкових та пружинних еспандерів.	8				Пауерліфтинг: Теорія і методи виконання навчальних посібник для студентів вищих навчальних закладів — Черкаси: Вид. віл. ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. — 460с. Режим доступу https://ukrpowerlifting.com/files/Powerlifting.pdf
Тема 5. Вивчення змагальних вправ у важкій атлетці. Різноманітні вправи над головою. Поштовх штанги вгору над головою. Розподіл техніки вправ на складові частини та поєднане виконання всіх складових рухів.	4				Важка атлетика, методика підготовки золотого класу атлетів [Електронний ресурс]. Режим доступу https://stud.com.ua/173025/pebdgogika/vazhka_a_fizika_metodika_pidgotovki_yunogo_vazhkovika
Всього за семестр	30				

4 семестр

Тема 1. Гарьовий спорт, вправи дзюдо. Техніка ривка гирі попереково. Техніка напруження важкої гирі. Основні техніки поштової. Підготовка двох гирь з різноманітними технічними проміжками.	6				Основні підготовки у гарьовому спорті: навч.-метод. посіб. / Г.П. Гриван, П.П. Ткаченко. – Житомир: Вид-во "Рута", 2013. – 100с. Режим доступу http://berpinta.li.edu.ua
Тема 2. Гирьовий спорт, поштово-двогиря за довгим шнуром. Основні техніки поштової двох гирь за довгим шнуром. Розвиток силової витривалості. Допоміжні вправи для освоєння техніки підйому гирь на груди. Основні техніки спеціально-підготовчих вправ. Допоміжні вправи для освоєння техніки поштової. Стійка з двома гирями на час. Розвиток статичної силової витривалості.	6				Пронтецько К. В. Теоретичні і методичні засади навчання гарьового спорту курсанта військової академії вищої освіти у процесі фізичного виховання. – Дніпропетровськ: Додатки наукового студентського науково-педагогічного журналу за спеціальністю 13.00.02. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2018. Режим доступу https://pri.edu.ua/images/files/vid1_darjant
Тема 3. Удосконалення техніки гарьового спорту. Спеціальна підготовка. Загально-підготовчі вправи. Вправи для розвитку м'язів ніг, рук. Вправи для розвитку м'язів тулуба. Тактичні змагання літ. Розподіл сил на весь час вивчення для вправ. Відпочинок між часом виконання вправ. Основні помилки техніки вправ. Використання легкого снаряду.	4				Основні підготовки у гарьовому спорті: навч.-метод. посіб. / Г.П. Гриван, П.П. Ткаченко. – Житомир: Вид-во "Рута", 2013. – 100с. Режим доступу http://berpinta.li.edu.ua
Тема 4. Бодібілдінг. Основні техніки спеціально-підготовчих вправ бодібілдінгу. Знаряддя для тренувань з бодібілдінгу. Використання базових вправ на почепкованих етиках тренувань. Підбір вправ та складання планів тренувань з урахуванням напрямку дії м'язів тіла. Відпочинок між підходами. Використання гантелей, штанг.	8				Бодібілдінг: учеб. пособие для студ. высш. уч. завед. Р.Т. Раевский, В.Г. Лако, Е.В. Макузова, под общ. ред. проф. Р.Т. Раевского – О.: Наука и техника, 2011. – 208 с. Режим доступу http://storage.library.ori.uoi.ua/online/111/4/book_bb-2011.pdf

<p>Розіграх гри в настільній теніс. Ігрові стилі тенісиста. Хвартк ракетки. Рука тенісиста. Ігровий майданчик та ігрове обладнання. Методи виконання основних технічних ударів - шаят, контрудар, топ-спін. Засоби гри - підріза, пасивна, свічка.</p> <p>Основна техніка крикетів із штангою на плечі (пауерліфтинг). Загально-підрізаючі вправи для розвитку м'язів рук ніг та тулуба. Виконання положень та особливостей техніки виконання вправ. Засоби з метою відновлення після фізичних навантажень. Техніка виконання вправ із штангою. Вправи для розвитку гнучкості.</p>	<p>2014. - 164 с [Електронний ресурс]. Режим доступу http://lib.uzh.edu.ua</p> <p>Пауерліфтинг. Теорія і методи виконання. Настільний теніс для студентів вищих навчальних закладів — Черкаси: Вид. від ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. — 460с. Режим доступу https://ukrpowerlifting.com/files/Powerlifting.pdf</p> <p>Бірюк І.Д. Настільний теніс. навчально-методичний посібник. - Рівне: НУБіП, 2014. - 164 с [Електронний ресурс]. Режим доступу http://lib.uzh.edu.ua</p> <p>Атлетичні види спорту. Навчальний посібник з фізичного виховання для вищих навчальних закладів / Н.А.Олійник, О.О. Дуржаківа, В.В. Рудашківський - Вінниця: ВНАУ, 2020 - 283 с. Режим доступу http://repository.vnuav.ua/ua/elib/ribr/24882.pdf</p>
<p>6</p>	<p>30</p>

4. МЕТОДИ ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ

ДРН	Методи викладання (робота, що буде проведена викладачем під час аудиторних занять, консультацій)	Кількість годин	Методи навчання (які види навчальної діяльності має виконати студент самостійно)	Кількість годин
ДРН 1. Знати основні загальні системи тренувань з фітнесу, правила запобігання 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 фітнес тренувань та технічно правильно виконувати вправи для окремих груп м'язів.	- наочні: показ вправ, окремих елементів; правильне використання необхідного обладнання - практичні: практичне виконання вправ, фронтальний та	40		

ДРН 4. Вміти складати план тренувальних занять з урахуванням індивідуальних особливостей рівня фізичного розвитку.	індивідуальний методи. розповідь	40	
--	----------------------------------	----	--

5. ОЦІНЮВАННЯ ЗА ОСВІТНІМ КОМПОНЕНТОМ

5.2. Сумативне оцінювання

5.2.1. Для оцінювання отриманих результатів навчання передбачено

№	Методи сумативного оцінювання	Бали / Вага у загальній оцінці	Дата складання (вказати номер тижня, на якому буде проведено оцінювання)
1	Тестові завдання	15 - 15%	11 тижднів
2	Контрольні нормативи для оцінки технічних навичок та рівня підготовленості	35 - 35%	7 та 12 тижднів
3	Активність на заняттях	50 - 50%	протягом семестру

5.2.1. Критерії оцінювання

Компонент	Не задовільно	Задовільно	Добре	Відмінно
Тестові завдання	<5	5 - 9	10 - 14	15
Активність на заняттях	<10	11 - 20	21 - 40	41-50

Контрольні нормативи для оцінки рівня розвитку технічних навичок та рухових якостей

І семестр	Бали
місяць	нормативи
9к	БД

		Тися штрафів слонов (100% від ваги тіла)		ч	10	7	4	3	2
--	--	--	--	---	----	---	---	---	---

4 семестр

місяць	нормативи	СТІЛ	Бали					
			5	4	3	2	1	
1 7 тижень	Підтягування на перекладні (20% від ваги тіла)	ч	10	8	6	4	2	
	Вис на прямих руках на перекладні діаметром 50 мм, сек	ч	60	45	30	20	10	
	Застрабування на опору, см	ч	100	80	60	50	40	
	Згинання рук в упорі на брусок з об'ємом (20% від ваги тіла)	ч	12	10	8	6	4	
	Метання гирі 8 кг двома руками вперед, м	ч	10	8	7	6	5	
	Метання гирі 8 кг двома руками назад, м	ч	12	10	8	7	6	
2 12 тижень	Статика з гантелями (5 кг), сек	ч	60	50	40	30	20	
	Вис на прямих руках на перекладні діаметром 50 мм, сек	ч	1,20	1,10	1,00	0,90	0,80	
	Застрабування на опору, см	ч	1,30	1,15	1,00	0,90	0,80	
	Згинання рук в упорі на брусок з об'ємом (20% від ваги тіла)	ч	1,40	1,25	1,10	1,00	0,90	
	Метання гирі 8 кг двома руками вперед, м	ч	1,50	1,35	1,20	1,05	0,90	
	Метання гирі 8 кг двома руками назад, м	ч	2	1,45	1,30	1,15	1,00	

Для жінок навантаження 0,5 від нормативів чоловіків

5 семестр

місяць	нормативи	СТІЛ	Бали					
			5	4	3	2		
1 7 тижень	Розвиток максимальо - сальних властостей	ч	260	230	210	200		
	Спробу у довжину з м'яча (ч,ж)	ч	200	180	160	140		
	Біг 100м (ч,ж)	ч	13,0	13,5	14,0	14,5		
	Чайниковий біг 4 x 5 м, сек	ж	14,5	15,0	15,5	16,0		
	Одноручний фітнес	ч	9,2	9,7	10,2	10,7		
	Одноручний фітнес	ж	10,5	11,1	11,7	12,0		
2 12 тижень	Згинання рук в упорі лежачи на підлозі, раз (жінок - упор колінами в підлозі)	ч	25	20	15	5		
	Насид тулуба вперед з положення сидіння, см	ч	18	17	13	10		
	Основа пауерліфтингу (ч)	ж	20	18	14	10		
	Жилі штанги лежачи (70 % від ваги тіла), раз	ч	10	7	4	3		
	Жилі штанги лежачи (25 % від ваги тіла), раз	ж	10	7	4	3		
	Присід з штангою (100% від ваги тіла), раз	ч	10	7	4	3		
Присід з штангою (40% від ваги тіла), раз	ж	10	7	4	3			

5.3. Формативне оцінювання

№	Елементи формативного оцінювання	Дата
---	----------------------------------	------

місяць	нормативи	СТІЛ	Бали					
			5	4	3	2	1	
1 7 тижень	Підтягування на перекладні	ч	16	14	12	10	8	
	Згинання рук в упорі на брусок	ч	30	20	10	7	3	
	Вис на зігнутих руках, сек	ч	55	40	30	20	10	
	Полових 2х гирі (вага 16кг)	50	7	5	3	2	1	
		60	9	7	5	3	1	
		70	10	8	6	4	2	
2 12 тижень		80	12	10	8	6	4	
		90+	14	12	10	8	6	
		90+	16	14	12	10	8	
		50	7	5	3	2	1	
		60	9	7	5	3	1	
		70	10	8	6	4	2	
3 1 тижень	Ривок гирі (вага 16 кг)	80	12	10	8	6	4	
		90	14	12	10	8	6	
		90+	16	14	12	10	8	
		16	14	12	10	8		
		8	6	4	2	1		
		260	240	225	210	190		

3 семестр

місяць	нормативи	СТІЛ	Бали					
			5	4	3	2	1	
1 7 тижень	Підтягування на перекладні з об'ємом (20% від ваги тіла)	ч	10	8	6	4	2	
	Вис на прямих руках на перекладні діаметром 50 мм, сек	ч	60	45	30	20	10	
	Застрабування на опору, см	ч	100	80	60	50	40	
	Згинання рук в упорі на брусок з об'ємом (20% від ваги тіла)	ч	12	10	8	6	4	
	Метання гирі 8 кг двома руками вперед, м	ч	10	8	7	6	5	
	Метання гирі 8 кг двома руками назад, м	ч	12	10	8	7	6	
2 12 тижень	Статика з гантелями (5 кг), сек	ч	60	50	40	30	20	
	Вис на прямих руках на перекладні діаметром 50 мм, сек	ч	1,20	1,10	1,00	0,90	0,80	
	Застрабування на опору, см	ч	1,30	1,15	1,00	0,90	0,80	
	Згинання рук в упорі на брусок з об'ємом (20% від ваги тіла)	ч	1,40	1,25	1,10	1,00	0,90	
	Метання гирі 8 кг двома руками вперед, м	ч	1,50	1,35	1,20	1,05	0,90	
	Метання гирі 8 кг двома руками назад, м	ч	2	1,45	1,30	1,15	1,00	

3 семестр

місяць	нормативи	СТІЛ	Бали					
			5	4	3	2	1	
1 7 тижень	Підтягування на перекладні	ч	16	14	12	10	8	
	Згинання рук в упорі на брусок	ч	30	20	10	7	3	
	Вис на зігнутих руках, сек	ч	53	47	40	34	2	
	Присідання на одній нозі, раз	ч	8	6	4	2	1	
	Жилі штанги лежачи (70 % від ваги тіла)	ч	10	7	4	3	2	
	Присід з штангою (100% від ваги тіла)	ч	10	7	4	3	2	

9. Фредерик Делавей. Анатомія силових вправ
 URL: https://major.files.wordpress.com/2012/09/anatom_a.pdf

Методичне забезпечення

1. Ситусенко С. Г. Вплив фізичних вправ на розумову працездатність людини: методичні рекомендації. Суми, 2015 – 29с.
2. Ситусенко С. Г. Загальна характеристика засобів відновлення і стимуляції працездатності спортсменів: методичні рекомендації. Суми, 2014 – 30с.
3. Ситусенко С. Г. Особливості методики розминки силових якостей: методичні рекомендації. Суми, 2012. 27 с.
4. Ситусенко С. Г. Особливості методики розвитку швидкісно-силових якостей: методичні рекомендації. Суми, 2013 – 27с.

Відео ресурси

Відео ресурси

1. Будь в формі! Тренування в домашніх умовах на всі групи м'язів. https://www.youtube.com/watch?v=A4IiB8Q9b_o
2. Універсальна розминка. <https://www.youtube.com/watch?v=tw4xTh9KqjE>
3. Комплекс Кросфіт для початківців https://www.youtube.com/watch?v=Iz24oz_w_IU
4. Комплекс силових вправ на всі групи м'язів вдома <https://www.youtube.com/watch?v=OOY9rMrg5nU>
5. 10 стратегій тренування м'язів шг. https://www.youtube.com/watch?v=dzwlj5XcI_o
6. Тренування Табата. <https://www.youtube.com/watch?v=23WTBznLJE>
7. 35 вправ для чоловіків з гумовими фітнес петлями <https://www.youtube.com/watch?v=CqpfHj1Lka0>
8. Основні вправи Кросфіт 50 Best Crossfit Exercises Ever, EPIC! <https://www.youtube.com/watch?v=Aa8LQTEs5TU>
9. Програми тренувань в тренажерному залі. https://www.youtube.com/watch?v=Y01wr_f-ujE
10. Програма тренувань з гантелями, 3 дні на тиждень. https://www.youtube.com/watch?v=5_DuVgZusQ0
11. Прочкачай 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=B3Rz07ruFu8>
13. Тренування для чоловіків без заліза в домашніх умовах <https://www.youtube.com/watch?v=I3d-9RQV1894>
14. Вправи для розвитку гнучкості. <https://www.youtube.com/watch?v=RZ1P0nPKgk>
15. 16 кращих вправ з еспандерами <https://www.youtube.com/watch?v=RZ1P0nPKgk>

1	Співпраця здобувачів у групі та здатність працювати зосереджено	Шоткиєво, упродовж семестру
2	Індивідуальні бесіди про результати виконаних завдань	Шоткиєво, упродовж семестру
3	Обговорення комплексів вправ для збереження та зміцнення здоров'я студентів	Шоткиєво, упродовж семестру
4	Аналіз вправ для розвитку професійно важливих рухових якостей	Шоткиєво, упродовж семестру

6. НАВЧАЛЬНІ РЕСУРСИ (ЛІТЕРАТУРА)

Основні джерела

1. Основи підготовки у гирьовому спорті: навч.-метод. посіб. / Г. П. Грибан, Ш. П. Ткаченко. – Житомир: Вид-во "Рута", 2013. – 100с
2. Плейеріфтинг. Теорія і методика викладання. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. — Черкаси: Вид. від ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. — 460с.
3. Теорія і методика влістязму: Навчальний посібник. / А.І. Степанко, П.М. Гушак. — Черкаси. 2011. — 216 с

Підручники, 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. Бодібілдинг: учеб. пособие для студ. высш. уч. завед./Р.Т. Раевский, В.Г. Лапко Е.В. Масунова; под общ. ред. проф. Р.Т. Раевского. – О.: Наука и техника, 2011 – 208 с.
3. Михигчик О.С. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різними видами спорту: навч. посібник. Дніпропетровськ. "Веста", 2015. – 111 с.

Інші джерела

1. Протченко К. В. Теоретичні і методичні засади навчання гирьового спорту курсантів військових закладів 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.

Інформаційні ресурси

1. Атлетичні види спорту. URL: <http://repository.vnuu.org/getfile.php/24882.pdf>
2. Бодібілдинг. URL: http://storage.library.ori.ua/online/1114/book_bb-2011.pdf
3. Вихова атлетика, методика підготовки юного вихованця URL: https://stud.com.ua/173025/pedagogika/vuzbka_atletika_metodika_pidgotovki_yunogo_vzhkovaitea
4. Основи підготовки у гирьовому спорті. URL: <http://eprints.znu.edu.ua>
5. Плейеріфтинг. Теорія і методика викладання. URL: <https://ukrpowerlifting.com/files/Powerlifting.pdf>
6. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різними видами спорту aURL: <http://mfiz.dp.ua/bmsc-documents/cspozit/ZO-A1/A1-0000-16-C1-15.pdf>
7. Теоретичні і методичні засади навчання гирьового спорту курсантів військових закладів вищої освіти у процесі фізичного виховання. URL: <https://npu.edu.ua/images/file/viidi/aspitant>
8. Теорія і методика влістязму. URL: http://eprints.odu.edu.ua/369/1/Atletizm_.pdf

РЕЦЕНЗІЯ НА РОБОЧУ ПРОГРАМУ (СИЛАБУС)
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

ДОДАТОК 1

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

Член професійної групи ОП

Параметр, за яким оцінюється робота програми (силабус) освітнього компонента навчальним	Так	Ні	Коментар
Загальна інформація про освітній компонент є достатньою			
Результати навчання за освітнім компонентом (ДРН) відповідають НРК			
Результати навчання за освітнім компонентом (ДРН) дають можливість виміряти та оцінити рівень їх досягнення			
Результати навчання (ДРН) стосуються компетенцій студента, а не змісту дисципліни (містять знання, уміння навчачи, а не теми навчальної програми дисципліни)			
Зміст ОК сформовано відповідно до структурно-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 оповіщення в межах освітнього компонента відповідає політиці Університету/факультету			
Перелічені методи оповіщення дозволяють оцінити ступінь досягнення результатів навчання за освітнім компонентом			
Навчальні результати студентів є адекватним обсягу освітнього компонента			
Рекомендовані навчальні ресурси є достатніми для досягнення результатів навчання (ДРН)			
Література є актуальною			
Перелік навчальних ресурсів містить необхідні для досягнення ДРН програми продукти			

Рецензент
(овладка кафедрі фізичного виховання) *Харченко С. В.*

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 «Підручники, посібники»

1. Верингора В. В., Фролова Л. С. Спортивні ігри : настільний теніс, бадмінтон: навчально-методичний посібник. Черкас, 2015. 69 с. <http://surl.li/ciduz>
2. Євтушенко Є. Г., Салатенко І. О., Хоменко С. В., Харченко Р. М. Методика павчання гри в настільний теніс : навчально-методичний посібник. Суми, 2021. 94 с. <http://hero.smau.edu.ua:8080/xapi/1/handle/123456789/8685>
3. Індик П. М., Сірик А. Є. Бадмінтон : навчально-методичний посібник. Суми : Сумський державний університет, 2017. 111 с. https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/65959/1/induk_badminton.pdf
4. Крутецький Т. Ю., Пантелова Н. Є., Кривачкова О. Д. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид. – во «Олімп.л.-ра», 2017. Т. 2. 448с.
5. Кулик Н. А., Сахненко А. В., Лазоренко С. А. Фізичне виховання студентів. Комплекс фізичних вправ для розвитку рухових здібностей. Суми, 2019. 188 с.
6. Костенко М.П., Краснов В. П., Огірсько О. В. Футзал в закладі вищої освіти: Навчально-методичний посібник. К.: НУБіП України, 2019. 87 с. URL: http://pubir.edu.ua/sites/default/files/pubirzal_v_zakladah_vishchoyi_ostviti_2019.pdf
7. Носко М.О., Архипов О. А., Жула В. П. Волейбол у фізичному вихованні студентів. К.: «МП Лесар», 2015. 396 с. <https://zelenodo.org/resource/46821/files/pdf.pdf>
8. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія. Суми : ДВІІЗ "УАБС НБУ", 2009. 312 с. URL: [URL: https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/50523/1/Pulypei_Fizyczna_pidgotovka_pr](https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/50523/1/Pulypei_Fizyczna_pidgotovka_pr)

9. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс] Режим доступу: http://ebooks.knpu.net/book_202.html/.
10. Салатенко 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://hero.smau.edu.ua/xapi/1/handle/123456789/30>
11. Сурацій Н. В., Грішченко О. І., Істомін А. Г., Веретельникова Ю. А., Куній Д. В., Поспайко А. О. Методика навчання техніки гри у волейбол студентів вищих навчальних закладів: Навчальний посібник. Харків, ХНМУ, 2012. 104с. <https://oleksandravalova.jimdofree.com/app/download/9249725850/methodika+navchannya+voleybu+ly.pdf?1=1508614735>
12. Харченко С. М., Самохвалова І. Ю., Коломієць А. Я. Розвиток координаційних здібностей студентів аграрного університету засобами спортивних ігор у процесі

неформальної фізкультурної освіти: навчально – методичний посібник. Суми: Видавництво ФОРПЦюма, 2019. 98с. <http://hero.zslai.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://hero.zslai.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. Туляцька Т. А., Руденко Є. В. Баскетбол: навч.-метод. посібник. Черкаси: ЧПУ імені Богдана Хмельницького, 2015. 100с. <http://eprints.edu.ua/439/1/5713666bc79841e487ec7313bca0243.pdf>

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

1. Коломієць А. Я. Організаційно – методичні умови проведення самостійних занять фізичними 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 конюрів 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 фази 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 «Чернівецький колегіум» ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Випуск №3 (159), Чернівці, 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. Саханенко А.В., Крот Г.В. Концепція дослідження акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей з позиції системного та компетентнісного підходів. «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 секційних занять. *Modern researcher in psychology and pedagogy: Collectivemethodology, Riga: Izdevnieciba "Valija Publishing", 2020. 428р. С.333-352.*

17. Рибалко П.Ф., Прокопова Л.І., Гвоздецька С.В., Крашлов 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. DmytroLitvinov, Olenaliitvinoва,NataliaBorys, AndriiButenko, IgorMasyk, ViktorJnychko,LidiiiaKhomenko,NataliiiaTerokhina,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. DOI10.5755/joi. Erem76.3.25365

20. Olena Semenog¹, Artem Yurchenko¹, Olga Udovychenko¹, Inna Kharchenko, Sergii Kharchenko². Formation of Future Teachers' Skills to Create and Use Visual Models of Knowledge. TEM Journal. Volume 8, Issue 8, Pages 275-283, ISSN 2217-8309, DOI: 10.18421/TEM81-38, February 2019. pp. 275 – 283.

21. DmytroLitvinov, OlenaLitvinova,NataliaBorys, AndriiButenko, IgorMasyk, ViktorJnychko,LidiiiaKhomenko,NataliiiaTerokhina,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. DOI10.5755/joi. Erem76.3.25365

22. Lazorenko S., Loza T., Samokhvalova I., Khomenko E., Oliinyk 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.

23. NataliiaSeiko, Mykola-OlegYershov, AnnaSaklimentko, MarinaShevchenko, RomanBezsmertny, InnaKostyura. 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. Yuliia Nenko, Serhii Medynskiy, Borys Maksymchuk,Lidiiia Lymanenko, Serhii Kharchenko, Andrii Kolomiets, Iryna Maksymchuk Communication training of future sports coaches in the context of neuropsychological patterns.Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 2022, Volume13, issue1, pp42- 60.

25. Smyrnova, 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

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

Мод	Тижні	норматив	к	Бали				
				25	20	15	10	5
1	7	Тяжеля	ч	16	14	12	10	8
			ж	24	19	16	10	8
	12	Тяжеля	ч	55	40	30	20	10
			ж	21	17	13	9	5
		Політкова 2х гирь (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
			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	Присідання на одній нозі, раз	ч	16	14	12	10	8
			ж	8	6	4	2	1
		Стрибок у довжину з місця, см	ч	210	190	184	172	160
			ж	8	6	4	2	1

2 семестр

Мод	Тижні	норматив	к	Бали				
				15	12	10	8	6
1	7	Тяжеля	ч			6	4	2
			ж	60	45	30	20	10
	100	Зваження рух в узлісі на брусок з обмеженням (20% від ваги тіла)	ч	100	80	60	50	40
			ж			8	6	4
		Стрибок на олову, см	ч	25	20	15	10	5
			ж	50	40	30	20	10
		Підйом гантелі в сід з положення лежачи за 1 хвилину, раз	ч	47	42	37	33	28
			ж					

2	12 тижень	Бали					
		20	15	10	8	6	5
	Метання гирі 8 кг двома руками вперед, м	4	10	8	7	6	5
	Метання гирі 8 кг двома руками назад, м	4	60	30	40	30	20
	Статки з гантелями (5 кг), сек	4	1,20	1,10	60	50	40
			1,30	1,15	1	45	30
			1,40	1,25	1,10	55	45
			1,50	1,35	1,20	1,05	50
			2	1,45	1,30	1,15	60
	Нахил тулуба вперед з положення сидіння, сек	ж			18	17	13
	Утримання положення присід, спираючись спинною об стіну ("Стілячик"), сек	ж	90	80	70	60	50
	Вправа "Берні", раз	ж	12	10	8	6	4

3 семестр

№	Тижні	Нормативи	Час	Бали				
				20	15	10	8	5
1	7 тижень	Підтягування на перекладині лосок (ч), лосок (ж), раз	ч	16	14	12	10	8
			ж	24	19	16	14	10
		Згинання рук в упорі на брускох	ч	30	20	10	7	3
		Дис на атлетич. рулик, сек	ч			53	47	40
			ж			21	17	13
2	12 тижень	Присідання на одній нозі, раз	ж	8	6	4	2	1
		Жим штанги лежачи (70% від ваги тіла)	ч/ж	10	7	4	3	2
		Жим штанги лежачи (25% від ваги тіла), раз	ч/ж	10	7	4	3	2
		Присід з штангою (100% від ваги тіла), раз	ч/ж	10	7	4	3	2
		Присід з штангою (40% від ваги тіла), раз	ч			10	7	4
		Така штанга становля (100% від ваги тіла)	ж			210	196	184
		Стрибок у довжину з місця, см						

4 семестр

№	Тижні	нормативи	Час	Бали				
				15	12	10	8	5
1	7 тижень	Підтягування на перекладині з обхватом (20% від ваги тіла)	ч			6	4	2
		Вис на прямих руках на перекладині діаметром 50 мм, сек	ч	60	45	30	20	10
		Стрибок на опорі, сек	ч	100	80	60	50	40
		Згинання рук в упорі на брускох з обхватом (20% від ваги тіла)	ч			8	6	4
		Стрибок на опорі, сек	ж	25	20	15	10	5
		Підтягування тулуба в сір з положення лежачи 80-1 хвилина, раз	ж	50	40	30	20	10
			ж	47	42	37	33	28
2	12 тижень	Метання гирі 8 кг двома руками вперед, м	ч	20	15	10	8	6
		Метання гирі 8 кг двома руками назад, м	ч	10	8	7	6	5
		Статки з гантелями (5 кг), сек	ч	60	50	40	30	20
			ч	1,20	1,10	60	50	40
			ч	1,30	1,15	1	45	30

		Бали				
		1,40	1,25	1,10	55	45
		1,50	1,35	1,20	1,05	50
		2	1,45	1,30	1,15	60
	Нахил тулуба вперед з положення сидіння, сек	ж	90	80	70	60
	Утримання положення присід, спираючись спинною об стіну ("Стілячик"), сек	ж	12	10	8	6
	Вправа "Берні", раз	ж	12	10	8	6

5 семестр

Нормативи	Бали				
	20	15	10	5	5
Розвиток швидкості - спадання ялівцевий					
Стрибок у довжину з місця (ч,ж)	ч			260	230
	ж			200	180
Біг 100м (ч,ж)	ч	13,0	13,5	14,0	14,5
	ж	15,5	15,0	15,5	16,0
Човняковий біг 4 x 9 м, сек	ч	9,2	9,7	10,2	10,7
	ж	10,5	11,1	11,7	12,0
Оздоровчий фітнес (ж)					
		25	20	15	10
Згинання рук в упорі лежачи на підлозі, раз (жінки - в упорі на колінах)	ж	25	20	15	5
Нахил тулуба вперед з положення сидіння, сек	ж	18	17	13	10
	ж	20	18	14	10
Основи пауерліфтингу (ч)					
Жим штанги лежачи (70% від ваги тіла), раз	ч	10	7	4	3
Присід з штангою (100% від ваги тіла), раз	ч	10	7	4	3

Доповнення до розділу 6. НАВЧАЛЬНІ РЕСУРСИ (ЛІТЕРАТУРА)

- 6.1.1 Підручники, посібники**
1. Вернигора В. В., Фролова Л. С. Спортивні ігри : настільний теніс, бадмінтон: навчально-методичний посібник. Черкаси, 2015. 69 с. <http://suif.lviv.ua>
 2. Свєтушенко Є. Г., Салютенко І. О., Хоменко С. В., Харченко Р. М. Методика навчання гри в настільний теніс : навчально-методичний посібник. Суми, 2021. 94 с. <http://hero.znau.edu.ua/8080/xmlui/handle/123456789/8685>
 3. Свєтушенко Є. Г., Самохвалова І. Ю., Харченко С. М., Свєтлуб Н. М., Коломієць А. Я. Основи техніки і навчання основним дисциплінам легкої атлетики: навчально-методичний посібник. Суми, СНАУ, 2024. 106 с.
 4. Індик П. М., Сурк А. Є. Бадмінтон : навчально-методичний посібник. Суми : Сумський державний університет, 2017. 111 с. https://essuy.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/65959/1/induk_badminton.pdf
 5. Крушевич Т. Ю., Шатрова Н. Є., Кривчишова О. Д. Теорія і методика фізичного виховання для студентів навчально-спортивних факультетів вишньої школи. К.: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп-Л-Рав», 2017. Т.2. 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., Кравцов 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_u_zakladah_vishchoyi_ostivi_2019.pdf
 8. Носко М.О., Архипов О. А., Жула В. П. Волейбол у фізичному вихованні студентів. К.: «МП Лес», 2015. 396 с. <https://znetodo.org/files/46821/files/pdf.pdf>

9. Самохвалова І. Ю. Інтервальні 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 кросфіту: 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 обхоплення, методичні рекомендації. Суми, СНАУ, 2023. 30 с.

6.1.4. Додаткові джерела

1. Долгова Н. О., Остапенко Ю. О., Торхіна А. О., Салатенко І. О. Зміна показників рухових якостей збудованих 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 сіктового фітнесу. *Вісник науки та освіти*. Серія «Педагогіка». 2023. Вип. № 12(18). С. 485-498.
3. Євтушенко С. Г. Залучення студентської молоді до активного дозвілля у позавивільний час засобами сіктового фітнесу. *Вісник науки та освіти*. Серія «Педагогіка». 2024. Вип. №(19). С. 835-848.
4. Євтушенко Є., Білобров В., Делямба М., Магур В., Мерзлов С. Моніторинг арсеналу рідкісних прийомів 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., Хацаюк О., Турчинов А., Ванюк Д., Виховська А. Впровадження бінарних занять у систему спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів-правохоронців. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2023. Вип. 1 (159). С. 105-110.
6. Євтушенко Є. Г., Партико Н. В., Іванченко О. М., Малюха С. Б., Пасторняцький В. В. Удосконалення системи фізичного виховання майбутніх фахівців спеціальності 081 «Право». *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і заочній освіті* міколах. 2022. Вип. № 80, Т. 1. С. 161 – 167.
7. Кисельов В., Самохвалова І. Розвиток шкідливо - сіклових якостей студентів - спортсменів групи підвищення спортивної майстерності засобами кросфіту. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Сум ДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. №1 (125). С. 62 - 72.
8. Кисельов В. О., Харченко С. М. Ефективність тренувальної програми з фізичної підготовки футбольних арбітрів. *Одеський міжнародний журнал фізичного виховання та спорту*. Сум ДПУ імені А. С. Макаренка. Суми. Видавничий дім "Гельветика", 2024. Випуск 1. С. 77 - 84.
9. Кисельов В. О., Харченко С. М., Гончаренко В. І. Сучасний стан розвитку аматорського футболу Сумської області. *Одеський міжнародний журнал фізичного виховання та спорту*. Сум ДПУ імені А. С. Макаренка. Суми. Видавничий дім "Гельветика", 2024. Випуск 1. С. 84 – 90.
10. Ковальов І. М., Рибалко П. Ф., Корж - Усенко Л. В., Кристов А. Д. Жуков В. Л. Реформування системи фізичного виховання у закладах вищої освіти України *Методичні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми: Сум ДПУ ім. А. С. Макаренка, № 2 (106), 2021
11. Коломієць А. Я. Організаційно – методичні умови проведення самостійних занять фізичними вправами зі студентами – першокурсниками. *Педагогічні науки: теорія,*

9. 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/Рубри_Фізична_підготовка.pdf
10. Присяжюк С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс] Режим доступу: http://ebooktime.net/book_202.html.

11. Салатенко І. О., Харченко С. М., Євтушенко 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.sumdu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/30>

12. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М., Сахненко А. В., Салатенко 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://hero.sumdu.edu.ua/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. Стратів Н. В., Грищенко О. І., Істомін А. Г., Верестельникова Ю. А., Куний Д. В., Поспайко А. О. Методика навчання техніки гри у волейбол студентів вищих навчальних закладів: Навчальний посібник. Харків, ХНМУ, 2012. 104с. <https://olenakouylova.jimdo.com/app/download/9249725850/methodika+navchannya+voluevb+olui.pdf?time=1508614735>

16. Туцишська Т. А., Руденко С. В. Баскетбол: навч.-метод. посібник. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2015. 100с. <http://eprints.edu.ua/id/eprint/5713660e79841e487ee7313bca0243.pdf>

17. Харченко С. М., Самохвалова І. Ю., Коломієць А. Я. Розвиток координаційних здібностей студентів аграрного університету засобами спортивних ігор у процесі неформальної фізкультурної освіти: навчально – методичний посібник. Суми: Видавництво ФОРП Цьома, 2019. 98с. <http://hero.sumdu.edu.ua/8080/xmlui/handle/123456789/8618>

6.1.2. Методичне забезпечення

1. Євтушенко Є. Г. Рухові активності студентів у позавивільний спортивно-оздоровчих заняттях: Методичні вказівки. Суми: СНАУ, 2024. 29 с.

2. Євтушенко Є. Г. Методика організації групових занять з фітнесу сіктового напрямку: Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2023. 33 с.

3. Євтушенко Є. Г. Розвиток сіклових якостей студентів засобами 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 атлетіці: Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2019. 30 с.

6. Салатенко І. О. Вплив рухової активності на фізичний стан студентів закладів вищої освіти: Методичні рекомендації. Суми: СНАУ, 2024р. 20с.

7. Салатенко 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://hero.sumdu.edu.ua/handle/123456789/8738>

- історія, інноваційні технології. Науковий журнал Суми: Сум ДПУ ім. А.С. Макаренка, № 2 (96), 2020. С. 256 - 267.
12. 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.
13. Лазоренко С. А., Коломієць А. Я. Кризові факти та явця в сучасному професійному і олімпійському спорті щодо участі в змаганнях спортсменів - триатлетів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і заочній освіті шкіл*, 2021. №78. С.210 - 215.
14. Лазоренко О. А., Коломієць А. Я., Хамченко О. В. Інтелектуальні гри агітного світу. *Олімпійська та паралімпійська спорт*. Суми, СумДПУ імені А. С. Макаренка, Видавничий дім "Гельветика", 2024. Випуск 1. С.97 - 105.
15. Остапенко Ю., Сташок Р., Долгова Н., Салатенко І. Історичні аспекти та перспективи розвитку баскетболу в незалежній Україні як професійного виду спорту. *Спортсмен бач*, 2023 №2(28). С.72-84.
16. Рыбко П. Ф., Самохвалова І. Ю. Аналіз розвитку рухових здібностей студенток закладів вищої освіти засобами спортивних ігор у процесі секційних занять. *Modern researcher in psychology and pedagogy: Collective monography*. Kiga: Izdevnieciba "Baltija Publishing", 2020.428р. С.333-352.
17. Рыбко П. Ф., Прохорова Л. І., Гвоздецька С.В., Красілов А. Д., Пономаренко О. Мпіхальна сила 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., Рыбалко 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 умінь студенток в умовах професійної підготовки. *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.
21. 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.
22. Самохвалова І. Ю., Харченко С. М. Методика розвитку рухових якостей студентів з урахуванням їх професійної підготовки. *Перспективи науки Рига, Латвія: "Baltija Publishing"*, 2023. 396 с.
23. Самохвалова І. Формування навичок здорового способу життя студентів в умовах інформаційного суспільства та європейської інтеграції: Наукова монографія. Рига, Латвія: "Baltija Publishing", 2024. С. 386 - 420.
24. Салатенко А.В., Крот Г.В. Кошеченя 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. Салатенко А. В., Євтушенко Є. Г. Розвиток силових якостей студентів ЗВО аграрного профілю засобами і методами кросфіту. *Акваральні питання у сучасній науці*. Серія «Педагогіка». 2023. Вип. № 3(9). С. 474 – 487.
26. Салатенко А. В. Організаційно-методичні аспекти фізичної підготовки паєруфертирів-початківців. *Вісник науку та освіти*, 2024. № 4 (22). С. 1371-1380.
27. Салатенко А. В. Зміст та завдання компонентів сучасної системи спортивної підготовки паєруфертирів-початківців. *Акваральні питання у сучасній науці*, 2024. № 5 (23). С. 970-984.
28. 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*. Перещепів – Хмельницький. С. 56 – 58.
29. Харченко С. Особливості світового відношення студентів закладів фахової освіти. *Інноваційні технології*. Суми, 2023. №10 (134). С.135 - 148.
30. Alina Oikhoriv, Oleksandr Yurchenko, Olha Yezhova, Vladyslav Smilianov, Inna Mordvinova, Ivan Salatenko, Alla Yurchenko, Olha Ilinaiteva (2019). Applying Physical Therapy on Scleroderma Patients. A Clinical Case. *Acta Balneologica*. Alma Publishing. – 2019. Т. LXI, № 4 (158). Р. 283-288.
31. Bukhovets, V. A., Kashuba, B. T., Dolinsky, V. P., Todorova, O., Andrijevych, A., Shankovskiy, I., Salatenko, V., Lutskiy, I., Kovalehuk. Physical rehabilitation of children with cerebral palsy by bobath-therapy method. *Science, spricity, education: topical issues and development prospects*. 10 - 12 May 2020.
32. Dmytro Belashov, Iryna Samokhvalova, Ihor Kravchenko, Hennadii Kuzhura, Oleksandr Panasik DEVELOPMENT OF STUDENTS' MUSCLE STRENGTH STRATEGIES FOR SELF-FACED CLASSES Conchment & Diversity, Niterói, v. 16, p. 41 Jan./mar. 2024.
33. Hryhoriv Y., Butenko Y., Kabanets V., Filon V., Kruchko I., Bondarivcha I., Mikulina M., Yevtushenko 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 Vyprasniak, Iryna Sultanova, Oleh Vintoniak, Ivan Salatenko, Oleksandra 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., Oliinyk 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). *Opatica, Croatia*, 2021, pp. 673-677.
36. Natalija Seiko, Mykola-Oleg Yershov, Anna Sakhnenko, Marina Shevchenko, Roman Bezsmertnyy, Inna Kostyrya. *Multimedia Technologies As A Basis For The Development Of Modern It Education in Ukraine*. ICSNS 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., Yevtushenko Y., Rybulko P., Pustovit H., Myronenko N., Syvokhop Y., Shein M., Mutviuchuk T., Solovyov V., & Maksymchuk I. Forming Competency in Health Promotion in Technical Specialists Using Physical Education. *Revisa Romanasca pentru Educatie Multidimensionala*, 2021 Vol 13(3), 01-19.
38. Smyrnova, I., Fabian, M., Prokopenko, L., Samokhvalova, I., & Lytyva, 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. *Revisa Eduweb*, 16(4), 117-130.
39. Todorova V., Rybulko P., Dubynska O., Khomenko O., Gvozdetzka S., Krasilov A., Yevtushenko Y. *Mma Exercises in Physical Education of 17-18 Year Old Students*.

Propósitos y Representaciones. Journal of Educational Psychology. May, 2021. Vol. 9, SPE(3), e1162

40. Uliana Karbivska, Andrii Butenko, Maksym Kozak, Vasyi Filon, Mariia Bahotka, Nataliia Yurchenko, Olena Pshychenko, 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, Valentyna Toryanik, Gennadiy Davydenko, Roman Bordun, Serhii Kharchenko, Anton Polyvanyi. The Influence of Elements of Technology and Soil-Climatic Factors on the Agrobiological Properties of *Oenothera biennis* L. Ecological Engineering & Environmental Technology 2024, 25(5), 179–190.
42. Vira Petruk, Yulita Rusdenko, Artem Yurchenko, Inna Kharchenko, Serhii Kharchenko, Olena Semenchikina. 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(IJMECS), Vol.14, No.6, pp. 25-34. 2022.
43. Vyshniak I, Ivanishyn I, Lutska V, Huzak O, Yukhymuk V, Salatenko I, Svatiev 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. Yuliia Nenko, Serhii Medynskiy, Borys Maksymchuk, Lidia 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.

Завідуюч кафедрою фізичного виховання



Сергій ХАРЧЕНКО