



**СИЛАБУС**  
навчальної дисципліни  
**Фізичне виховання (секційне)**

Освітньо-професійна програма	<b><u>Образотворче та декоративно-прикладне мистецтво</u></b>
Спеціальність	<b><u>023 Образотворче мистецтво, декоративне мистецтво, реставрація</u></b>
Галузь знань	<b><u>02 Культура і мистецтво</u></b>
Ступінь вищої освіти	<b><u>перший (бакалаврський) рівень</u></b>
Мова навчання	<b><u>українська</u></b>

<b>ПРОФАЙЛ</b> викладача	<b>Калинчук Євген Георгійович</b> , викладач вищої категорії, викладач-методист <b>Контактний тел.:</b> +380985594950 <b>E-mail:</b> <b>Посилання на електронний ресурс викладання:</b> <b>Консультації:</b> вівторок 15.30-16.30. Місце проведення консультації – спортивний зал коледжу. Платформа Google Meet
<b>АНОТАЦІЯ</b> дисципліни (призначення навчальної дисципліни)	Програма вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання» (секційне) складена відповідно до освітньо-професійної програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 023 «Образотворче мистецтво, декоративне мистецтво, реставрація» для здобувачів вищої освіти, які вступили на основі повної загальної середньої освіти.
<b>МЕТА</b> навчальної дисципліни	<b>Метою викладання</b> курсу «Фізичне виховання» є формування в студентів стійкої мотивації щодо збереження свого здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовки; гармонійний розвиток природних здібностей та психічних якостей; використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.
<b>ЗАВДАННЯ</b>	Основними <b>завданнями</b> вивчення дисципліни є формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом; формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботи; зміцнення здоров'я; забезпечення зберігання і зміцнення здоров'я; придбання досвіду творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей.

### Опис навчальної дисципліни

<b>Найменування показників</b>	<b>Характеристика дисципліни</b>
Форма навчання	денна
Вид дисципліни (обов'язкова чи вибіркова)	вибіркова
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська
Загальний обсяг у кредитах ЄКТС / годинах	4/140
Курс	I-III
Семестр	1,2,3,4,5, 6
Кількість змістових модулів із розподілом	13
Обсяг кредитів	4
Обсяг годин, у тому числі:	140
Аудиторні:	
Лекційні	
Семінарські	-
Самостійна робота	
Індивідуальні завдання	-
Форма семестрового контролю	залік

## **Пререквізити і постреквізити навчальної дисципліни**

Пререквізити: базові знання з дисципліни «Фізичне виховання».

Постреквізити: процес спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам, вмінням і пов'язаними із ними знаннями для успішної наступної професійної діяльності.

## **Мета й завдання навчальної дисципліни**

**Метою викладання** курсу «Фізичне виховання» є формування в студентів стійкої мотивації щодо збереження свого здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовки; гармонійний розвиток природних здібностей та психічних якостей; використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни фізичне виховання є:

- формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом;

- формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботі, сімейному фізичному вихованні;

- зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, забезпечення високого рівня фізичного стану працездатності протягом всього періоду навчання;

- оволодіння системою практичних умінь і навичок головними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, забезпечення, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток і удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості;

- набуття фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної професійно-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників до життєдіяльності й обраної професії;

- набуття досвіду творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей.

## **Очікувані результати навчання:**

**ПР18.** Формувати екологічну свідомість і культуру особистості, застосовувати екологічні принципи в житті та професійній діяльності.

## **Навчально-методична карта навчальної дисципліни Баскетбол**

### **Модуль 1**

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р.). Вис на зігнутих руках (сек).  
Стрибки у довжину з місця (см). Стрибки на 2х ногах через скакалку за 1 хв.  
(к/р). Підтягування на перекладині (к/р). У висі на перекладині піднімання  
прямих ніг до їх доторку (к/р).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 2**

Човниковий біг 4х9 м. (сек).  
Кидок м'яча стоячи збоку від щита з 10 спроб (к/р).  
Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р)  
Вис на зігнутих руках (сек).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 3**

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р). Штрафний кидок з 10 спроб (к/р).  
40-сек човниковий біг (м). Передача м'яча (т/в).  
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 4**

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р).  
Ведення м'яча з кидком у кошик з під щита (т/в).  
Кидок м'яча у русі (к/р).  
Стрибки у довжину з місця (см.).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 5**

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р). Вис на зігнутих руках (сек).  
Стрибки у довжину з місця (см). Стрибки на 2х ногах через скакалку за 1 хв.  
(к/р).  
Підтягування на перекладині (к/р).  
У висі на перекладині піднімання прямих ніг до її доторку (к/р).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 6**

Човниковий біг 4х9 м. (сек.). Кидки м'яча стоячи збоку від щита з 10 спроб  
(к/р)  
Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р). Вис на зігнутих руках (сек.).  
Кидок м'яча стоячи збоку від щита з 10 спроб (к/р).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 7**

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р). Штрафний кидок з 10 спроб (к/р).  
40-секундний човниковий біг (сек). Передача м'яча (к/р)  
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).

Штрафний кидок з 10 спроб (к/р) .  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 8**

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р). Ведення м'яча з кидком у кошик з під щита (сек). Кидок м'яча у русі (к/р). Стрибки у довжину з місця (см.).  
Індивідуальне завдання.

## **Оздоровча аеробіка**

### **Модуль 1**

Біг 100 м.(сек.)

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р). Шпагат (техніка виконання (см.)  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 2**

Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (к/р). Знання та виконання комплексу № 1 (т/в).

Стрибки на 2-х ногах через скакалку за 1 хв (к/р).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 3**

Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см). Стрибки на 2-х ногах через скакалку за 1 хв. (к/р). Вертикальний мах назад (т/в).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 4**

Знання та виконання комплексу № 2 (т/в.).

Пірует на одній нозі. (т/в). Стрибок у довжину з місця (см.)

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 5**

Біг 100 м (сек.)

Піднімання тулуба в сід за 1 хв (к/в). Шпагат (т/в, см.)

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 6**

Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (к/р). Знання та виконання комплексу № 1 (т/в). Стрибки на 2-х ногах через скакалку за 1 хв (к/р). Індивідуальне завдання.

### **Модуль 7**

Стрибки на 2-х ногах через скакалку за 1 хв. (к/р)

Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см). Вертикальний мах назад (т/в).

Індивідуальне завдання.

## **Футбол, футзал (чоловіки)**

### **Модуль 1**

Стрибок у довжину з місця (см).

Удар по м'ячу на точність по воротах (к/р).

Кидки м'яча двома руками із-за голови на дальність (м.). Індивідуальне завдання.

## **Модуль 2**

Вис на зігнутих руках (сек.). Жонглювання м'ячем (к/р).

Згинання та розгинання рук в упорі лежачи на підлозі (к/р).

Індивідуальне завдання.

## **Модуль 3**

Згинання та розгинання рук в упорі на жердинах (к/р). Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см.). У висі на перекладині піднімання прямих ніг до її доторку (к/р).

Індивідуальне завдання.

## **Модуль 4**

Підтягування на перекладині (к/р). Човниковий біг 4 x 9 м. (сек)

Удар по м'ячу на точність по воротах (к/р). Індивідуальне завдання.

## **Модуль 5**

Вис на зігнутих руках (у сек.).

Стрибок на двох ногах через скакалку за 1 хв. (к/р). Жонглювання м'ячем (к/р).

Індивідуальне завдання.

## **Модуль 6**

Згинання та розгинання рук в упорі на жердинах (к/р). Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см.).

Піднімання тулубу в сід за 1 хв. (к/р).

Індивідуальне завдання.

## **Модуль 7**

Удари на дальність (м).

Ведення м'яча з обвідкою стійок та ударом по воротах (30 м.). Біг 100 м. (сек).

Індивідуальне завдання.

## **Модуль 8**

Стрибок у довжину з місця (см).

Удар по м'ячу на точність по воротах (к/р).

Кидки м'яча двома руками із-за голови на дальність (м).

Індивідуальне завдання.

## **Настільний теніс**

### **Модуль 1**

Біг 100 м (сек). Стрибки у довжину з місця (см).

Піднімання тулуба вперед з положення сидячи на підлозі (к/р)

Індивідуальне завдання.

Підтягування на перекладині (к/р).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 2**

Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (к/р). Стрибки на 2х ногах через скакалку за 1 хв. (к/р). Прийом м'яча (т/в)

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 3**

Нахил тулубу вперед з положення сидячи (см.).

Човниковий біг 4 x 9 м. (сек.) Нападаючий удар (т/в).

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 4**

Біг 100 м. (сек).

Стрибок у довжину з місця (см). Подача м'яча з крутінням (т/в).

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 5**

Вис на зігнутих руках (сек.). Піднімання тулубу в сід за 1 хв. (к/р). Подача м'яча (т/в). Підтягування на перекладині (к/р)

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 6**

Згинання та розгинання рук в упорі лежачи на підлозі (к/р).

Стрибки на 2х ногах через скакалку за 1 хв. (к/р).

Прийом м'яча(т/в).

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 7**

Нахил тулубу вперед з положення сидячи (см). Човниковий біг 4 x 9 м. (сек).

Нападаючий удар (т/в).

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 8**

Біг 100 м. (сек).

Стрибок у довжину з місця (см).

Подача м'яча з крутінням (т/в). Індивідуальне завдання.

### **Волейбол**

#### **Модуль 1**

Стрибок у довжину з місця (см).

Підтягування на перекладині (к/р).

Передача м'яча зверху над головою (h – 1,5 – 2 м) (к/р)

Згинання та розгинання. рук в упорі лежачи на підлозі (к/р).

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 2**

Піднімання тулубу вперед з положення лежачи (к/р).

Човниковий біг 4x9 м.(сек).

Передача м'яча знизу над головою (h – 1,5 – 2 м) (к/р).

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 3**

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р). Вис на зігнутих руках (сек.).

Згин. та розгин. рук в упорі лежачи на підлозі (к/р)

Подача м'яча через сітку – пряма зверху (к/р)

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 4**

Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).

Передача м'яча зверху-знизу над головою (т/в).

Стрибок у довжину з місця (см) . Вис на зігнутих руках (сек)

Індивідуальне завдання.

#### **Модуль 5**

Піднімання тулубу вперед з положення лежачи (к/р). Човниковий біг 4x9 м.(сек.). Стрибок у довжину з місця (см). Підтягування на перекладині (к/р). Передача м'яча зверху над головою (h – 1,5 – 2 м) (к/р).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 6**

Піднімання тулуба в сід за 1 хв. (к/р). Вис на зігнутих руках (сек).

Подача м'яча через сітку – пряма зверху (к/р). Човниковий біг 4x9 м.(сек)

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 7**

Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).

Передача м'яча зверху-знизу над головою (к/р). Стрибок у довжину з місця (см).

Вис на зігнутих руках (сек).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 8**

Подача м'яча через сітку – пряма зверху (к/р). Човниковий біг 4x9 м.(сек)

Передача м'яча знизу над головою (h – 1,5 – 2 м) (к/р).

Індивідуальне завдання.

## **Легка атлетика, спортивне орієнтування**

### **Модуль 1**

Біг 100 м. (сек).

Піднімання тулуба вперед з положення лежачи на підлозі (к/р).

Підтягування на перекладині (к/р). Човниковий біг 4 x 9 м. (сек.)

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 2**

Піднімання тулубу в сід за 1 хв. (к/р) .

Згинання та розгинання рук в упорі лежачи на підлозі (к/р)

Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 3**

Вис на зігнутих руках (сек.). У висі на перекладині піднімання прямих ніг у кут 90о. (к/р). Стрибки на 2-х ногах через скакалку за 1 хв. (к/р).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 4**

Біг 400 м, 500 м. (сек.) (жін.). Біг 800 м, 1500 м (сек.) (чол.).

Піднімання тулуба вперед з положення лежачи на підлозі (кількість разів). Стрибок у довжину з місця (см).

Згинання та розгинання рук в упорі на брусах (к/р).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 5**

Біг 100 м. (сек.). Піднімання тулуба вперед з положення лежачи на підлозі (к/р).(жін).

Човниковий біг 4 x 9 м. (сек) . Підтягування на перекладині (к/р) (чол.).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 6**



Піднімання тулубу в сід за 1 хв. (к/р)  
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи на підлозі (к/р)  
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 7**

Вис на зігнутих руках (сек).  
Піднімання тулуба вперед з положення лежачи на підлозі (к/р).  
Стрибки на 2х ногах через скакалку за 1 хв. (к/р).  
У висі на перекладині, піднімання прямих ніг до її доторку (к/р).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 8**

Біг 500 м (сек).(жін.) Біг 1000 м (сек).(чол.).  
У висі на перекладині піднімання прямих ніг у кут 90о.(сек)  
Стрибок у довжину з місця (см) . Згинання і розгинання рук в упорі на брусах (к/р). Індивідуальне завдання.

## **Спеціально медичні групи**

### **Модуль 1**

Піднімання тулуба вперед з положення лежачи, руки за головою, ноги зігнуті та закріплені (к/р).  
Стрибок на 2-х ногах через скакалку за 1 хв. або передача малого набивного м'яча за 1 хв. на відстані 1 м (к/р).  
Підтягування на перекладині (к/р).  
Човниковий біг 4х9 м або присідання на 2-х ногах руки вперед за 1 хв(к/р).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 2**

Згинання та розгинання рук в упорі стоячи на колінах (к/р).  
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).  
Піднімання тулуба вперед з положення лежачи, руки за головою, ноги прямі та закріплені (к/р).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 3**

Підтягування на низькій перекладині (к/р) або вис на зігнутих руках (сек).  
У висі на перекладині піднімання прямих ніг у кут 90 або з положення лежачі, руки вздовж тулуба, піднімання ніг у кут 90 (к/р).  
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).  
З положення лежачі, руки вздовж тулуба, піднімання прямих ніг у кут 90 (к/р).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 4**

Біг 60 м або присідання на 2-х ногах, руки вперед за 1 хв. (к/р).  
Піднімання тулуба вперед з положення лежачи, руки за головою, ноги зігнуті та закріплені (к/р).  
Стрибок у довжину з місця (см).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 5**

Піднімання тулуба вперед з положення лежачи, руки за головою, ноги зігнуті та закріплені (к/р).

Стрибки на 2-х ногах через скакалку за 1 хв. (к/р) або передача малого набивного м'яча за 1 хв. на відстані 1 м (к/р).

Човниковий біг 4x9 м (сек) або присідання на 2-х ногах руки вперед за 1 хв. (к/р).  
Індивідуальне завдання.

### **Модуль 6**

Згинання та розгинання рук в упорі стоячи на колінах (к/р).

Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).

Піднімання тулуба вперед з положення лежачи, руки за головою, ноги прямі та закріплені (к/р).

Оздоровча ходьба 2000 м (хв).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 7**

Підтягування на низькій перекладині (к/р).

У висі на перекладині піднімання прямих ніг у кут 90 (к/р) або з положення лежачі, руки вздовж тулуба, піднімання прямих ніг у кут 90 (к/р)

Піднімання тулуба вперед з положення лежачи, руки за головою, ноги зігнуті та закріплені (к/р). Вис на зігнутих руках (сек.).

Індивідуальне завдання.

### **Модуль 8**

Біг 60 м або присідання на 2-х ногах, руки вперед за 1 хв. (к/р).

Піднімання тулуба вперед з положення лежачи, руки за головою, ноги прямі та закріплені (к/р).

Стрибок у довжину з місця (см).

Індивідуальне завдання.

## **Політика дисципліни**

- відвідування практичних занять за розкладом є обов'язковим;
- на початку занять якщо є зміни у самопочутті студент повинен повідомити викладача про стан здоров'я;
- присутність студентів перевіряється на початку занять, у випадку запізнення студент повинний з дозволу викладача увійти до спортивного залу та включитися до роботи;
- під час занять мобільні телефони повинні бути відключені;
- студенти повинні приходити на заняття в охайній спортивній формі і спортивному взутті;
- студент повинен бути ввічливим та дисциплінованим.

Академічна доброчесність. Дотримання засад академічної доброчесності є двостороннім процесом, в якій включені викладачі і студенти. Зокрема, дотримання академічної доброчесності означає: поважати особистість як викладачем студента, так і студентом викладача; викладачу бути прикладом для

студентів, а саме показувати йому як долати особисті слабкості, боротися з труднощами; протистояти корпоративним інтересам, якщо вони будуть заважати чесно виконувати свою роботу як викладача, так і студента. Плагіат (списування) та інші форми нечесної роботи є неприпустимими.

### Критерії оцінювання результатів навчання

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою	
					Підсум. контр.	Дифер. залік
90 - 100	A	Відмінно	<p>У студента глибокі, міцні, знання навчального матеріалу, які він ефективно використовує для виконання всіх передбачених навчальною програмою завдань.</p> <p>Теоретична відповідь студента повна, правильна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення.</p> <p>Студент вміє самостійно знаходити джерела інформації і користуватись ними, оцінювати отриману інформацію.</p> <p>Встановлює причинно-наслідкові та міжпредметні зв'язки, робить аргументовані висновки.</p> <p>Студент самостійно, правильно, в повному обсязі виконує практичні завдання як з використанням типового алгоритму, так і за самостійно складеним планом. Під час виконання практичних завдань допускає неточності, які самостійно виявляє та виправляє.</p> <p>Самостійна робота виконана на високому методичному рівні та містить елементи новаторства.</p>	Високий (творчий)	відмінно	відмінно
80-89	B		<p>Студент свідомо користується певним об'ємом фахової термінології.</p> <p>Даючи визначення основних понять, аналізує, порівнює інформацію і робить висновки.</p>	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре	добре

		Дуже добре	Відповідь студента в цілому правильна, логічна та достатньо обґрунтована. В межах програми студент має достатньо міцні знання про мистецтво, художників, стилі, епохи. Відчуває та вміє пояснити зв'язки між аналогічними явищами у творах різних видів мистецтва.			
70-79	C	Добре	Студент із незначною допомогою викладача зіставляє, узагальнює і систематизує інформацію. Студент, вміє комплексно вирішувати поставлене завдання, послідовно розкривати основний зміст матеріалу, використовувати фахові терміни. Під час усних відповідей та виконання практичних завдань допускає не суттєві помилки, які може самостійно виправити.			
60-69	D	Задовільно	Студент дає неповну відповідь на теоретичні питання, навчальні завдання виконує не в повному обсязі з частковою допомогою викладача. Під час усних відповідей й виконання практичних та творчих завдань допускає помилки, які самостійно виправити не може.	Середній (репродуктивний)	задовільно	задовільно
50-59	E	Достатньо	Студент в основному опанував теоретичні знання навчальної дисципліни, орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, але непереконливо відповідає, плутає поняття, додаткові питання викликають невпевненість або відсутність стабільних знань; відповідаючи на запитання практичного характеру, аналізує та інтерпретує твори мистецтва на достатньому рівні.			
35-49	FX	Незадовільно з можливістю	При спрямованій допомозі викладача студент формулює найбільш зрозумілі визначення основних понять.			

		повторного складання семестрового контролю	Недостатньо володіє термінологією, не вміє систематизувати та узагальнювати матеріал. Самостійна робота виконана фрагментарно, в неповному обсязі.	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно	незадовільно
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання, відтворення окремих фрагментів навчального матеріалу. Студент, без допомоги викладача не може зробити аналіз художнього твору, не знає відомих художників. Під час усної відповіді допускає суттєві помилки, які не може виправити самостійно. Самостійна робота не виконана.			

### Рекомендована література

#### Основні джерела

1. Бурла О. М. Методика навчання легкої атлетики на заняттях з фізичного виховання : навч. посіб. / О. М. Бурла, Н. М. Скачедуб, О. М. Гончаренко, А. П. Кузьминчук, А. О. Бурла. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2017. – 2-вид., випр.. і доп. – 272 с.
2. Величко І. В. Техніка і тактика гри у футбол : Посібник для тренерів та вчителів – Таврійськ, 2019, – 59 с.
3. Дубогай О.Д.. Методика фізичного виховання студентів віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: навчальний посібник. / О.Д. Дубогай, В.І. Завацький, Ю.О. Короп. – Луцьк.: Надстир'я, 2007. - 220 с.
4. Карасевич С. А., Карасевич М. П., Рухливі ігри та ігрові вправи / С. А Карасевич, М. П Карасевич; МОН України, Уманський держ.пед.ун-т імені Павла Тичини. – Умань: Видавець «Сочінський М. М.», 2019. – 146 с.
5. Ковальчук А . М., Антошків Ю . М . Гімнастика. Посібник. – Львів : ЛДУ БЖД, 2010. – 84 с.
6. Королінська С. В. Основи техніко-тактичної підготовки у волейболі студентів вищих навчальних закладів : навч. посіб. / С.В. Королінська, Н. О. Зелененко. – Харків : НФаУ, 2018. – 95 с.
7. Легка атлетика : з методикою викладання : навч. посібник / уклад.: Семенов А. А., Осадченко Т. М., Маєвський М. І., Ільченко С. С. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. – 207 с.
8. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. –Львів, «Фест-Прінт». 2017. – 179 с
9. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу : навч. посіб. / Вікторія Пасічник. – Л. : ЛДУФК, 2015. – 78 с.
- 10.Щепотіна Н.Ю. , Поліщук В.М. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): методичні рекомендації. Вінниця:ВДПУ, 2019. 48 с.