

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

**Факультет фізичної культури та спорту  
Кафедра теорії та методики фізичної культури**



**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Проректор із науково-педагогічної  
роботи \_\_\_\_\_

О. А. Кузнецова

27 серпня 2019 р.

**ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА  
СПОРТИВНО-МАСОВОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

Ступінь бакалавра

Галузь знань 01 Освіта

спеціальність 014 «Середня освіта»

014.11 Середня освіта (Фізична культура)

освітні програми Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм;


Фізична культура та Захист Вітчизни

Миколаїв - 2019

Розроблено та внесено: Миколаївський національний університет імені В. О. Сухомлинського.

Розробник програми: Литвиненко Ольга Михайлівна, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, доктор філософії в галузі освіти, доцент.

Програму схвалено на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури  
Протокол від «27» серпня 2019 року № 1

Завідувач кафедри теорії та методики  
фізичної культури  (Литвиненко О. М.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією факультету фізичної культури та спорту

Протокол від «27» серпня 2019 року № 1

Голова навчально-методичної комісії  (Литвиненко О. М.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією університету

Протокол від «27» серпня 2019 року № 14

Голова навчально-методичної комісії університету  (Кузнецова О.А.)

## 1. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни “Теорія та методика спортивно-масової фізичної культури” складена відповідно до освітньо-професійної програми галузі знань 01 Освіта спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура) освітня програма Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм, узгоджена з навчальними планами, рекомендаціями МОН України, з урахуванням сучасних інтеграційних процесів у міжнародній освіті в контексті Болонської декларації, а також проблем економічного і соціального розвитку країни, особливостей галузі фізичної культури та спорту.

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є: організація спортивно-масової роботи у різних ланках фізкультурного руху з метою залучення різних груп населення до регулярних занять фізичною культурою та активною руховою діяльністю.

**Міждисциплінарні зв'язки:** теорія і методика фізичного виховання, педагогіка, психологія, фізіологія, анатомія, валеологія та методика викладання.

### 1. Мета і завдання дисципліни

Навчальна дисципліна “Теорія та методика спортивно-масової фізичної культури” зорієнтована на підготовку спеціалістів для організаційно-управлінської і педагогічної діяльності у сфері масової оздоровчої фізичної культури.

**1.1 Мета:** сформувані необхідні знання, уміння і навички організаторської і викладацької діяльності у сфері фізкультурно-масової та оздоровчої роботи з різним контингентом населення.

#### 1.2 Завдання:

сформувані чітке уявлення про особливості і специфіку організації масової фізкультурно-оздоровчої роботи у різних напрямках. Показати їх відмінності від сфери спорту вищих досягнень і фізичного виховання у навчальних закладах; розкрити суть і зміст міжнародного руху “Спорт для всіх” та ознайомлення з практикою, організацією і проведенням масової фізкультурно-спортивної роботи у зарубіжних країнах;

скласти уявлення про основні напрямки і зміст організаторської діяльності по залученню різних груп населення до занять фізичними вправами: дати порівняльну характеристику особливостей проведення фізкультурно-оздоровчої роботи у різних ланках фізкультурного руху: у дошкільних та навчальних закладах, за місцем роботи та проживання населення і в зонах організованого відпочинку в містах і селах;

сформувані уміння і навички використання традиційних і нових нетрадиційних засобів фізичної культури, факторів здорового способу життя різних статево-вікових груп і рівня фізичної підготовки, враховуючи осіб з обмеженими можливостями (мають фізичні вади).

### 1.3 Освітньо-кваліфікаційні вимоги

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

#### *I. Загальнопредметні компетенції (ЗК):*

**ЗК 2.** Здатність працювати в команді та автономно.

**ЗК 4.** Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

**ЗК 6.** Здатність до самовдосконалення та саморозвитку.

**ЗК 11.** Здатність учитися; володіти високою мотивацією до підвищення свого культурного і професійного рівня.

#### *II. Фахові компетенції (ФК):*

**ФК 7.** Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності.

**ФК 8.** Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в середніх загальноосвітніх навчальних закладах.

**ФК 9.** Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.

**ФК 11.** Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

**ФК 15.** Здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді (зі спортивного туризму й орієнтування), літніх дитячих оздоровчих таборак.

**ФК 17.** Здатність до ініціативності, відповідальності та навичок до безпечної діяльності відповідно до майбутнього профілю роботи, галузевих норм і правил, а також необхідного рівня індивідуального та колективного рівня безпеки у надзвичайних ситуаціях.

### **III. Професійні компетенції (ПК):**

**ПРН 6.** Демонструє знання законів і принципів розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

**ПРН 7.** Здійснює пропаганду фізичної культури й спорту, здорового способу життя з використанням сучасних інформаційних технологій; використовує здоров'язберігаючі технології на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я

**ПРН 13.** Пояснює принципи, засоби та методи фізичного виховання населення; інтерпретує теорію навчання рухових дій; описує методики розвитку рухових якостей; визначає форми організації занять у фізичному вихованні.

**ПРН 14.** Демонструє знання теоретичних засад використання рухової активності людини під час дозвілля для збереження здоров'я, зокрема, спортивного туризму й орієнтування на місцевості; проводить оцінку рухової активності; складає план кондиційного тренування; розробляє та організовує фізкультурно-оздоровчі заходи для різних груп населення.

**ПРН 15.** Описує особливості розвитку фізичної культури і спорту в різні історичні періоди у світі та Україні; аналізує процес становлення та розвитку спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

**ПРН 18.** Виявлена здатність вчитися упродовж життя і вдосконалюватися, з високим рівнем автономності, набутої під час навчання кваліфікації.

**ПРН 19.** Здатність аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства.

### **У результаті вивчення дисципліни студент повинен:**

#### **Знати:**

- методику організації фізкультурно-оздоровчих груп;
- методику організації фізкультурно-масових заходів;
- методику організації забезпечення масової фізичної культури (фінансового, кадрового, методичного, матеріально-технічного тощо);
- принципи організаційно-масової роботи з фізкультурно-оздоровчої діяльності Центрального органу виконавчої влади у сфері фізичної культури, добровільних спортивних товариств;
- основи організаційно-масової роботи в трудових колективах; основи організаційно-масової роботи у дошкільних та навчальних закладах (школах, СПТУ, коледжах, вишах);
- основи організаційно-масової роботи за місцем проживання та у зонах відпочинку населення;
- методику проведення занять оздоровчої спрямованості;

#### **Уміти:**

- організовувати діяльність фізкультурно-оздоровчих груп;

- здійснювати організацію фізкультурно-масових заходів;
- враховувати особливості організації масової фізкультурно-оздоровчої роботи у трудових колективах і навчальних закладах, у зонах відпочинку, за місцем проживання населення;
- проводити фізкультурні заняття оздоровчої спрямованості.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 240 годин / 8 кредитів ЄКТС.

## **1. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

### **Кредит 1: Організаційні основи системи фізкультурного руху.**

**Тема 1.** Організаційні основи системи фізкультурного руху в Україні.

Основні терміни та поняття: «фізична культура», «фізичне виховання», «масова фізична культура», «спорт», «фізкультурний рух», «спортивна федерація», «фізкультурно-спортивне товариство» (ФСТ). Громадські організації фізкультурно-спортивного спрямування. Зв'язок курсу з іншими дисциплінами.

Зародження фізичної культури і спорту в Україні. Етапи розвитку фізичної культури в Україні. Формування організаційних основ фізкультурного руху в Україні. Створення добровільних спортивних товариств. Основні принципи організаційної роботи в галузі фізичної культури.

Законодавчі та програмно-нормативні основи фізичного виховання в Україні.

Закон України „Про фізичну культуру і спорт“. Завдання фізичної культури і спорту України. Законодавство про фізичну культуру і спорт. Сфери та основні напрямки впровадження фізичної культури і спорту. Фінансове забезпечення фізичної культури. Матеріально-технічне забезпечення фізичної культури і спорту. Кадрове забезпечення фізичної культури і спорту. Самоврядування у сфері фізичної культури і спорту.

Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація" (Указ Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016).

Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року (Постанова Кабміну України від 01.03.2017 №115).

**Тема 2.** Керівництво фізкультурним рухом в Україні.

Державно-громадське управління у сфері фізичної культури і спорту. Міністерство молоді та спорту України. Національний олімпійський комітет України. Міжнародна діяльність національного олімпійського комітету.

### **Кредит 2. Організаційні питання самодіяльного фізкультурного руху**

**Тема 3.** Організаційні питання самодіяльного фізкультурного руху.

Спортивна федерація як громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості. Діяльність федерацій спорту. Організаційна структура федерації спорту. Національні спортивні федерації України з видів спорту.

Фізкультурно-спортивні товариства. Відомчі фізкультурно-спортивні товариства. Організаційна структура фізкультурно-спортивних товариств. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи спортивними товариствами

**Тема 4.** Колектив фізичної культури та інші первинні фізкультурні організації.

Колектив фізичної культури. Об'єднаний колектив фізичної культури. Структура колективу фізичної культури.

**Тема 5.** Планування, облік і звітність з ФК і спорту

Роль і значення планування в спорті. Планування в галузі фізичної культури та спорту. Планування фізичної культури державними і громадськими організаціями. Планування спортивних змагань. Облік роботи в фізкультурних організаціях. Звітність у фізкультурних організаціях.

### **Кредит 3. Форми організації та засоби фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи**

**Тема 6.** Форми організації фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи  
Заняття у групах здоров'я. Характеристика організації занять у групах загальної фізичної підготовки (ЗФП) і спеціальної фізичної підготовки (СФП). Особливості організації і проведення фізкультурних занять в оздоровчих групах різних типів. Особливості роботи у спортивних секціях. Фізкультурно-спортивні клуби (ФСК) та їх об'єднання.

**Тема 7.** Засоби для організації фізкультурно-оздоровчої роботи

Ходьба і біг як локомоторна діяльність. Види оздоровчих засобів. Характеристика груп видів гімнастики. Спортивні і рухливі ігри як оздоровчі засоби. Використання місцевості у фізкультурно-оздоровчих заходах. Нетрадиційні види спортивно-оздоровчих вправ. Реабілітаційні види спортивно-оздоровчих вправ. Рекреаційні заходи.

**Кредит 4. Фізкультурно-оздоровча та спортивно-масова робота**

**Тема 8.** Спортивно-масові і фізкультурно-оздоровчі заходи

Принципи проведення спортивних змагань. Види спортивних змагань. Положення про змагання – управлінський документ. Організаційний комітет по проведенню змагань. Головна суддівська колегія, її склад, обов'язки членів суддівської колегії. Підсумкові документи проведення змагань. Організація та проведення спортивних змагань.

Способи проведення спортивних змагань. Прямий спосіб проведення спортивних змагань. Круговий спосіб проведення спортивних змагань. Кубковий спосіб проведення спортивних змагань. Змішаний спосіб проведення спортивних змагань.

Організація і проведення спортивно-масових свят. Багатоетапні фізкультурно-оздоровчі та спортивно-масові заходи. Спартакіада як масовий комплексний захід. Організація і проведення меморіальних змагань. Разові фізкультурно-оздоровчі заходи. Характеристика церемоніалам, урочистим процедурам і атрибутика масових заходів. Сценарій спортивно-масового свята.

**Тема 9.** Фінансове і матеріально-технічне забезпечення спортивно-масових заходів

Джерела фінансування масової оздоровчої фізичної культури. Державний бюджет, міський бюджет, кошти спонсорів, меценатів тощо. Фінансові звіти.

**Кредит 5. Пропаганда масової фізичної культури і спорту**

**Тема 10.** Пропаганда масової фізичної культури і спорту

Основні цілі пропаганди масової фізкультурно-спортивної роботи. Наочна та показова форма пропаганди. Агітаційно-пропагандистська робота ради колективу фізкультури. Реклама фізкультурно-оздоровчих занять та принципи її проведення. Принципи реклами у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи засобами періодики, радіо, телебачення, Інтернету. Засоби розповсюдження реклами фізкультурно-оздоровчих послуг. Оцінка ефективності проведення реклами фізкультурно-оздоровчих послуг.

**Тема 11.** Міжнародний рух “Спорт для всіх”.

Історія розвитку міжнародного руху “Спорт для всіх”. Діяльність міжнародного спортивного руху «Спорт для всіх». Практика, організація і проведенням масової фізкультурно-спортивної роботи у зарубіжних країнах. Міжнародні організації, які розвивають рух “Спорт для всіх”. Досвід організації фізкультурно-оздоровчої діяльності населення в зарубіжних країнах: Фінляндії, Франції, Німеччині, Японії, Канаді. “Спорт для всіх” в Україні: завдання та зміст діяльності центрів фізичного здоров'я населення. Всеукраїнський центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».

**Кредит 6. Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота в системі освіти України.**

**Тема 12.** Організація масової фізичної культури з дітьми дошкільного віку.

Особливості організації масових фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку: Дня здоров'я в дитячих дошкільних закладах. Фізкультурні свята у дитячих дошкільних закладах. Фізкультурні розваги у дитячих дошкільних закладах.

Організація та методика проведення спортивних та рухливих ігор у дошкільних навчальних закладах та ЗНЗ

**Тема 13.** Організація масової фізичної культури у загальноосвітній школі та системі професійно-технічної освіти (ПТО).

Особливості організації та проведення фізкультурних занять, фізкультурних розваг та свят у загальноосвітніх навчальних закладах. Методика організації оздоровчої роботи у групах подовженого дня. Організація та методика проведення гурткової та секційної роботи у навчальних закладах освіти. Масова фізична культура у системі професійно-технічної освіти (ПТО).

Методика проведення масових фізкультурно-оздоровчих заходів зі школярами. Організація та проведення Олімпійського тижня в навчальних закладах. Особливості організації та проведення ранкової гімнастики, фізкультхвилинок, «Днів здоров'я» у школі.

Особливості проведення фізкультурно-оздоровчої роботи у літніх дитячих таборах. Фізкультурно-оздоровчі технології в системі позадержавної освіти.

**Тема 14.** Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота у закладах вищої освіти.

Методика організації та проведення спортивно-масових заходів серед студентів у ЗВО. Організація та проведення спортивно-масових заходів за місцем проживання студентів. Планування, організація та методика проведення спортивно-масових заходів у ЗВО.

Студентський спорт, особливості організації й планування спортивної підготовки у ЗВО. Спортивні змагання як засіб і метод загальної фізичної, професійно-прикладної та спортивної підготовки студентів. Система студентських спортивних змагань. Громадські студентські спортивні організації. Мотивація й обґрунтування індивідуального вибору студентом виду спорту або системи фізичних вправ для регулярних занять.

**Кредит 7. Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота у виробничій та соціально-побутовій сферах**

**Тема 15.** Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота в колективах фізичної культури на виробництві

Вплив сфери виробництва на функціональний стан людини. Ефективна діяльність з упровадження фізичного виховання і спорту на виробництві. Форми і засоби фізичного виховання і спорту в умовах виробництва. Методична робота організатора фізичного виховання і спорту на підприємстві. Інноваційна діяльність організатора фізичного виховання і спорту на виробництві.

**Тема 16.** Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота за місцем проживання та у зонах масового відпочинку населення

Сутність фізкультурно-оздоровчої роботи за місцем проживання та в місцях відпочинку населення. Діяльність педагога-організатора з фізичного виховання і спорту. Робота дитячо-підліткового фізкультурно-спортивного клубу (ФСК) за місцем проживання. Діяльність культурно-спортивних комплексів (КСК). Організація спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи у зонах масового відпочинку населення. Основні вимоги до облаштування замських зон відпочинку для масових фізкультурно-оздоровчих занять.

**Тема 17.** Технології організації спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи з особами із обмеженими можливостями

Проблеми соціальної і фізичної реабілітації інвалідів. Структура і зміст фізичного виховання осіб з обмеженими особливостями. Рухові вміння і навички як арсенал життєво важливих рухових дій. Форми і засоби фізичної реабілітації осіб з обмеженими особливостями. Методичні аспекти організації тренувальних занять. Спорт інвалідів.

**Тема 18.** Фізичне виховання і спорт як фактор підготовки спортивного резерву

Система підготовки фізкультурних кадрів. Вища фізкультурна освіта. Підготовка фахівців фізичної культури і спорту. Підготовка науково-педагогічних кадрів через магістратуру, аспірантуру, докторантуру. Підвищення кваліфікації фахівців з фізичного виховання та спорту. Підготовка і виховання громадських фізкультурних кадрів. Характеристика спортивно-масових заходів у дитячо-юнацьких спортивних школах. Організація та методика проведення спартакіади серед ДЮСШ.

**Кредит 8. Тренувально-оздоровча робота**

**Тема 19.** Комплексний підхід до оздоровчого тренування у сфері самостійної тренувально-оздоровчої роботи.

Мотивація й цілеспрямованість самостійних занять. Форми та зміст самостійних занять. Організація самостійних занять фізичними вправами різної направленості. Характер змісту занять у залежності від віку. Особливості самостійних занять для жінок. Планування й управління самостійними заняттями. Межі інтенсивності навантаження в умовах самостійних занять у осіб різного віку. Взаємозв'язок між інтенсивністю навантажень і рівнем фізичної підготовленості. Гігієна самостійних занять. Самоконтроль ефективності самостійних занять. Особливості самостійних занять спрямованих на активний відпочинок, корекцію фізичного розвитку й тіло будови, акцент на розвиток окремих фізичних якостей. Участь у спортивних змаганнях.

**Тема 20.** Особливості проведення оздоровчого фізичного тренування.

Основні принципи проведення оздоровчого фізичного тренування. Особливості оздоровчого впливу фізичних вправ, спрямованих на розвиток витривалості, сили, гнучкості. Вибір фізичних вправ, в залежності від функціонального стану організму, індивідуальної конституції, віку людини та сезонів року. Психоемоційні аспекти впливу фізичних вправ на організм людини та їх використання в практиці індивідуального оздоровлення.

Особливості підбору вправ у програмі оздоровчого тренування. Види фізкультурно-оздоровчих занять. Методичні особливості до створення програм, фізкультурно-оздоровчих занять з людьми різної статі, віку та фізичного стану.

Профілактика попередження травматизму й техніка безпеки на заняттях.

**Тема 21.** Авторські методики і системи оздоровлення та шляхи їх використання у самостійній тренувально-оздоровчій роботі.

Різновиди оздоровчих видів гімнастики та їх характеристика: оздоровчий фітнес; аеробні види гімнастики; атлетичні види гімнастики.

Нетрадиційні способи оздоровлення. Східні системи та засоби оздоровлення: ушу, як комплексний засіб фізичної культури; цигун — практика та філософія; йога — прадавня система оздоровлення Індії. Система оздоровлення доктора Кацудзо Ніші.

Фізкультурно-оздоровчі системи (К. Купера, П. Іванова, М. Амосова, К. Динейки, А. Стрельникової, М. Гриненка).

**3. Рекомендована література**

**Нормативно-правові документи**

1. Закон України Про фізичну культура і спорт. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/3808-12/page>
2. Інструктивно-методичні рекомендації «Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних навчальних закладах» (Лист МОН від 02.09.2016 № 1/9-456).
3. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року. URL: <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/249793397>
4. Методичні рекомендації щодо діяльності республіканського (Автономна Республіка Крим), обласних, Київського та Севастопольського міських, районних у м. Києві та



- Севастополі, міських та районних у містах центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» затверджені наказом Комітету від 28 березня 2003 року № 805
5. Наказ Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту від 28 березня 2003р. № 805 «Про затвердження Методичних рекомендацій щодо діяльності центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».
  6. Наказ Міністерства праці та соціальної політики в Україні від 07.08.2003 № 222 «Про умови оплати праці працівників центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх»
  6. Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті. – К., 2001.
  7. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація» (Указ Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016). – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016/print1465286153060829>
  8. Положення про центри фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх" затвердженого наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 10.11.2011 р. за N 1285 (внесено зміни і доповнення 17.12.2012 № 1429).
  9. Постанова Кабінету Міністрів України від 13.12.2004 N 1641 ( 1641-2004-п ) "Про затвердження заходів з реалізації Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту у 2005 році" «ПОЛОЖЕННЯ про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України».
  10. Стан виконання Плану заходів щодо реалізації Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» на 2017 рік в Миколаївській області. URL: <http://nos-sport.mk.ua/news/detail/619>
  11. Указ Президента України від 28.09.2004 N 1148 ( 1148/2004 ) "Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту"

#### **Базова**

1. Литвиненко О.М., Твеліна А.О. Організація та методика масової оздоровчої фізичної культури : навчально-методичний посібник. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2016. 130 с.
2. Сергієнко В.М., Полтавцева Т.І. Технології організації спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи: навчальний посібник для студентів спеціальності «Фізична культура». 2-е вид., перероб. і доп. – Суми: СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2014. – 164 с.
3. Фролова Л.С., Глазирін І.Д. Фахова виробнича практика: спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота [навчальний посібник]. Черкаси: Вид. ЧНУ, 2015. – 278 с.

#### **Допоміжна**

1. Цибульська В. В., Безверхня Г.В. Організація та методика спортивно-масової роботи: навч. посібник / уклад.: В. В. Цибульська. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 220 с.

#### **Інтернет ресурси**

1. Андреева О. Характеристика базових категорій фізичної реабілітації. URL: [http://www.nbuu.gov.ua/soc\\_gum/ppmb/texts/2009\\_9/09anecpr.pdf](http://www.nbuu.gov.ua/soc_gum/ppmb/texts/2009_9/09anecpr.pdf).
2. Антипкін Ю. Г. Стан здоров'я дітей в умовах дії різних екологічних чинників / Ю.Г.Антипкін [Електронний ресурс]. URL: <http://m-l.com.ua/?aid=438#>.
3. Бердус М. Физическая рекреация и метатеоретические аспекты ее теории [Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы : Тез. докл. Междунар. конгр.] URL: <http://lib.sportedu.ru/GetTextst.ids?TxtID=577>.
4. Здоровый образ жизни. URL: <http://zdoor.ru/index.php/-mainmenu-120>.

5. Организация спортивных мероприятий [Электронный ресурс] – Режим доступа: [http://www.aerocreativ.ru/oformlenie\\_sport.htm](http://www.aerocreativ.ru/oformlenie_sport.htm).
6. Популярно о медицине. URL: <http://www.o-med.ru/zaryadka-gimnastika.php>.
7. Теорія та методика спортивно-масової фізичної культури. URL: [http://sport.mdu.edu.ua/tmfks/?page\\_id=592](http://sport.mdu.edu.ua/tmfks/?page_id=592)

**4. Форма підсумкового контролю успішності навчання:**  
екзамени у V та VI семестрах.

**5. Засоби діагностики успішності навчання**

- індивідуальне і фронтальне опитування;
- перевірка самостійних робіт;
- тестові та контрольні роботи.