



СИЛАБУС

освітнього компонента

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ СУЧАСНИХ ВИДІВ СПОРТУ»

Освітньо-професійний
ступінь:
Освітньо-професійна
програма:

фаховий молодший бакалавр

Фізична культура і спорт

Галузь знань:

01 Освіта /Педагогіка

Спеціальність:

017 Фізична культура і спорт

Посилання на курс у системі
дистанційного навчання:

<https://posekmodule.km.ua/course/view.php?id=1271>

Семестр:
V (VI)

Кількість
кредитів:
6

Мова викладання:
державна (українська)

Розклад занять: <https://kpdi.edu.ua/studentu/rozklad-zanyat>

Керівник курсу: *Клюс Олена Анатоліївна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент.*

Контактна
інформація: тел. **0989597510**
e-mail. alenakamp@gmail.com

Інформація про
консультації (за
потреби): очна/онлайн (**Viber, Google Meet, Zoom**) (за потреби)

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Мета вивчення навчальної
дисципліни:

формування у здобувачів системи знань, умінь і навичок, необхідних для ефективної організації, планування, проведення та аналізу навчально-тренувального процесу в сучасних видах спорту, з урахуванням тенденцій їх розвитку, вимог інклюзивної освіти та нормативно-правового забезпечення галузі фізичної культури і спорту.

Кількість кредитів	6
Загальна кількість годин	180
Кількість модулів	-
Форма навчання	очна
Статус навчальної дисципліни	Обов'язковий освітній компонент
Перелік навчальних дисциплін, які мають бути вивчені раніше, перелік раніше здобутих результатів навчання	<i>Історія фізичної культури, теорія і методика фізичного виховання, психологія, педагогіка, анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури</i> РН 1. Аналізувати особливості розвитку сфери фізичної культури і спорту для удосконалення процесу фізичного розвитку людини. РН 4 Застосовувати академічні знання та практичні навички в організації самостійної роботи та саморозвитку РН5 Аналізувати та застосовувати передовий досвід колег. РН 6 Застосовувати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення навчально-методичної праці РН 7 Вміти провадити процес навчання фізичної культури і спорту в різних формах організації занять. РН 9 Здійснювати заходи з підготовки та проведення спортивних тренувань, уроків фізичної культури з використанням необхідного організаційного, технічного, інформаційного і медичного забезпечення. РН10 Зміцнювати особистісне та громадське здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя. РН11 Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми оздоровчої та профілактичної мети, організовувати та проводити спортивні та фізкультурно-оздоровчі заходи. РН12. Аналізувати специфіку розвитку фізкультурно-спортивного руху на національному рівні. РН 13 Проводити роз'яснювальну роботу серед різних груп населення щодо ведення здорового способу життя. РН15 Застосовувати у професійній діяльності знання анатомо-фізіологічних особливостей організму людини під час планування занять фізичною культурою і спортом. РН16 Визначати та здійснювати контроль функціонального, психоемоційного, фізичного станів організму людини до, під час та після занять фізичною культурою і спортом. РН18 Знати сутність принципів, методів, форм та організації процесу навчання і фізичного виховання людини.

	RH19 Аналізувати психологічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичними вправами RH21 Планувати, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчу і спортивну діяльність з різними віковими та соціальними групами населення, у тому числі з особами з інвалідністю, з урахуванням принципів інклюзивної освіти, формувати позитивну мотивацію до здорового способу життя та активної громадянської позиції.
Підсумковий (семестровий, річний) контроль	Екзамен

ФОРМУВАННЯ ПРОГРАМНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ТА РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Індекс матриці ОПП	Програмні компетентності та результати навчання
Інтегральна компетентність	Здатність вирішувати типові спеціалізовані завдання в галузі фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що вимагає застосування положень і методів та може характеризуватися певною невизначеністю умов; нести відповідальність за результати своєї діяльності; здійснювати контроль інших осіб у визначених ситуаціях
ЗК 1	Здатність реалізувати свої права і обов'язки як членам суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
ЗК 2	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань) про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
ЗК 3	Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
ЗК6	Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології у практичній діяльності.
ЗК 7	Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
ЗК8	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
ЗК 9	Здатність ефективно взаємодіяти з представниками різних вікових, соціальних груп та особами з інвалідністю, використовуючи принципи толерантності, партнерства й інклюзивного підходу.
СК 2	Здатність до проведення занять, тренувань, уроків фізичної культури, організації фізкультурно- спортивних, оздоровчих заходів
СК 3	Здатність до формування серед різних груп населення навичок ведення здорового способу життя та використання рухової активності для задоволення основних потреб організму людини.
СК 6	Здатність до застосовування методів, засобів, прийомів та організаційних

	форм під час організації і проведення фізичної культури і спорту.
СК8	Здатність до проведення контролю стану організму під впливом фізичних навантажень за функціональними показниками.
СК 9	Здатність до формування мотивації у фізичному самовдосконаленні.
СК 10	Здатність застосовувати сучасні методики планування, організації та проведення фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності з урахуванням вікових, фізичних та соціальних особливостей різних груп населення, включно з особами з інвалідністю.
РН 5	Аналізувати та застосовувати передовий досвід колег
РН 6	Застосовувати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення навчально-методичної праці.
РН 7	Вміти провадити процес навчання фізичної культури і спорту в різних формах організації занять.
РН 9	Здійснювати заходи з підготовки та проведення спортивних тренувань, уроків фізичної культури з використанням необхідного організаційного, технічного, інформаційного і медичного забезпечення.
РН 14	Організовувати заняття масовими видами рухової активності оздоровчої спрямованості
РН 18	Знати сутність принципів, методів, форм та організації процесу навчання і фізичного виховання людини.
РН 20	Використовувати нормативно-правові акти, що регламентують професійну діяльність у галузі фізичної культури і спорту.
РН 21	Планувати, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчу і спортивну діяльність з різними віковими та соціальними групами населення, у тому числі з особами з інвалідністю, з урахуванням принципів інклюзивної освіти, формувати позитивну мотивацію до здорового способу життя та активної громадянської позиції

СТРУКТУРА КУРСУ

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
2	8			14	Тема 1. Вступ до дисципліни «теорія і методика викладання сучасних видів спорту»	Знати. Мету, завдання та структуру навчальної дисципліни. Основні поняття: спорт, фізична культура, сучасні види спорту, інноваційні напрями (кросфіт, черліденг, кіберспорт тощо). Класифікацію видів спорту за змістом і спрямованістю. Функції спорту у суспільстві (виховну, оздоровчу, соціальну, економічну тощо). Законодавчу базу розвитку фізичної культури і спорту в Україні (Закон України «Про фізичну культуру і спорт», державні програми, нормативи). Розуміти. Розуміти місце дисципліни у професійній підготовці фахівця з фізичної культури і спорту. Усвідомлювати роль сучасних і новітніх видів спорту у розвитку фізичної культури, соціалізації молоді та формуванні здорового способу життя. Розуміти взаємозв'язок між традиційним,

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						сучасним і інноваційним спортом. Усвідомлювати значення законодавчої бази для організації професійної діяльності у сфері спорту. Вміти Аналізувати еволюцію та тенденції розвитку сучасного спорту. Визначати основні риси та класифікаційні ознаки різних видів спорту. Застосовувати норми законодавства у практичній роботі (плануванні, організації, управлінні спортивною діяльністю). Використовувати отримані знання для обґрунтування ролі спорту як чинника соціального й оздоровчого розвитку суспільства.
6	12			20	Тема 2. «Основи теорії і методики спортивного тренування»	Знати. Основні принципи спортивного тренування (свідомості, поступовості, систематичності, індивідуалізації, циклічності). Засоби та методи тренування (загальні, спеціальні, ігрові, змагальні). Циклічність тренувального процесу: макро-, мезо-, мікроцикли. Види спортивної підготовки: фізична, технічна, тактична, теоретична, психологічна. Поняття фізичного навантаження, його об'єм і інтенсивність. Види інтервалів відпочинку за тривалістю і характером. Структуру тренувального заняття (вступна, основна, заключна частини). Розуміти. закономірності розвитку фізичних якостей у процесі тренування. Усвідомлювати взаємозв'язок між видами підготовки спортсмена та етапами тренувального циклу. Розуміти значення чергування навантаження і відпочинку для досягнення спортивної форми. Усвідомлювати педагогічну логіку побудови тренувального заняття. Вміти. Планувати і проводити тренувальні заняття з урахуванням принципів тренування. Добирати оптимальні методи і засоби для розвитку конкретних фізичних якостей. Розраховувати фізичне навантаження та інтервали відпочинку відповідно до рівня підготовленості спортсменів.

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						Аналізувати ефективність тренувального процесу, здійснювати корекцію планів підготовки.
4	8			16	Тема 3. «Характеристика травматизму та контроль у спорті»	Знати Основні види спортивних травм: механічні, біомеханічні, термічні, психоемоційні. Статистику травматизму та основні тенденції в різних видах спорту. Причини травматизму: внутрішні (фізична підготовка, стан здоров'я) та зовнішні (умови, обладнання, техніка). Принципи техніки безпеки під час тренувань і змагань. Методи контролю функціонального стану спортсменів і обліку тренувального навантаження. Розуміти фактори ризику травм у спортивній діяльності. Усвідомлювати необхідність профілактичних заходів і дотримання техніки безпеки. Розуміти значення контролю та обліку навантаження для збереження здоров'я спортсмена. Вміти Планувати та організовувати заняття з дотриманням техніки безпеки. Використовувати методи профілактики травматизму (розминка, екіпірування, контроль стану спортсменів). Здійснювати контроль функціонального стану і облік тренувального впливу. Надавати першу допомогу при спортивних травмах.
4	8			2	Тема 4. «Особливості організації і проведення змагань»	Знати Сутність і значення спортивних змагань як форми прояву спортивної діяльності. Класифікацію змагань: особисті, командні, комплексні, аматорські, комерційні; за рівнем місцеві, регіональні, національні, міжнародні. Складові частини змагань: підготовчий, основний, заключний етапи. Регламентацію проведення та способи визначення результатів. Розуміти виховне, мотиваційне та соціальне значення змагань. Усвідомлювати взаємозв'язок між рівнем спортсменів, умовами проведення та типом змагань. Розуміти роль суддівства та об'єктивності у визначенні результатів. Вміти Організовувати та планувати спортивні змагання (підготовка, проведення,

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						закриття). Здійснювати розподіл функцій між організаційним комітетом і суддівською колегією. Вести облік результатів і протоколи, застосовувати правила регламенту. Забезпечувати безпеку учасників і дотримання етики спортивної діяльності
6	10			2	Тема 5. Основи науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту	Знати Принципи наукової творчості та методології досліджень. Етапи наукового дослідження: вибір теми, формулювання мети, завдань, гіпотези, методи збору і обробки даних. Види педагогічного експерименту: констатувальний, формувальний, контрольний. Основні методи дослідження: спостереження, опитування, тестування, анкетування, хронометрування, відеоаналіз, медико-біологічні методи. Розуміти роль науково-дослідної роботи у розвитку теорії і методики фізичного виховання та спорту. Усвідомлювати взаємозв'язок між метою дослідження, методами збору даних і отриманими результатами. Розуміти значення педагогічного експерименту для оцінки ефективності навчально-тренувальних впливів. Вміти Проводити наукові дослідження у сфері фізичної культури і спорту. Обирати адекватні методи збору та обробки даних. Розробляти і реалізовувати програму дослідження. Аналізувати результати експерименту, оформлювати наукові статті, доповіді та звіти. Використовувати результати дослідження для вдосконалення навчально-тренувального процесу
4	8				Тема 6. «Застосування сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання»	Знати Основні фізкультурно-оздоровчі технології та їх класифікація (тренувальні, релаксаційні, корекційні, інтегровані). Фітнес-гібриди: силовий, функціональний, кардіо, йога-фітнес, пілатес. Психоемоційні регуляції та їх значення для здоров'я. Основи оздоровчого харчування під час

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						фізичних занять. Розуміти Розуміти значення фізичної активності для формування здорового способу життя. Усвідомлювати роль сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у підтримці психоемоційного здоров'я та фізичної форми. Розуміти взаємозв'язок між харчуванням, фізичною активністю і результативністю тренувань. Вміти Планувати та застосовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у процесі навчання та тренувань. Використовувати психоемоційні техніки для збереження психологічного здоров'я учасників. Розробляти рекомендації щодо оздоровчого харчування у фітнес-заняттях. Підбирати відповідні фітнес-гібриди відповідно до віку, рівня підготовки та стану здоров'я.
4	8				Тема 7. Методика фітнес-тренування осіб зрілого та похилого віку	Знати Вікові фізіологічні зміни у серцево-судинній, дихальній та опорно-руховій системах. Психофізіологічні особливості жінок та осіб похилого віку. Принципи побудови фітнес-занять: безпечність, поступовість, систематичність, індивідуалізація. Оптимальні види фітнесу для старших груп: аквааеробіка, пілатес, скандинавська ходьба, йога, велнес. Розуміти Усвідомлювати вплив вікових і статевих особливостей на ефективність та безпеку тренувань. Розуміти значення фізичної активності для підтримання функціонального стану та профілактики захворювань. Розуміти психоемоційний ефект фітнес-занять для жінок та осіб похилого віку. Вміти Планувати та проводити фітнес-заняття з урахуванням вікових та статевих особливостей. Добирати вправи та навантаження відповідно до стану здоров'я учасників. Контролювати техніку виконання, безпеку та психоемоційний стан учасників. Застосовувати спеціальні методики для жінок

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						та людей похилого віку.
4	8			1	Тема 8. Особливості організації сучасних видів спорту в закладах освіти	Знати. Вікові та фізіологічні особливості дітей. Принципи планування тренувань Сучасні види спорту за програмою НУШ Правила та особливості мініспортивних ігор Основи організації шкільних оздоровчих заходів Розуміти Значення рухової активності для розвитку дітей Вплив фізичних навантажень на дитячий організм Переваги сучасних і мініспортивних ігор Педагогічну доцільність використання сучасних видів спорту Важливість дотримання безпеки під час занять Вміти Планувати та дозувати фізичні навантаження Проводити заняття з сучасних видів спорту Навчати техніки мініігор Організовувати ігрові та оздоровчі заходи Забезпечувати безпеку та підбирати відповідний інвентар
6	14			1	Тема 9. Особливості організації інклюзивного та адаптивного спорту	Знати. Принципи організації занять для дітей з ООП Засоби та методи навчання в інклюзивному спорті Способи адаптації вправ і правил Основи контролю та оцінювання рухової діяльності в інклюзії Міжнародну та українську системи адаптивного спорту Види спорту для осіб з порушеннями слуху, зору, ОРА й інтелектуального розвитку Роль адаптивного спорту в реабілітації ветеранів Розуміти Значення інклюзивного та адаптивного спорту Особливості фізичного розвитку дітей з різними нозологіями Потребу в індивідуальному підході та безпеці Соціальну й реабілітаційну цінність спорту для осіб з інвалідністю та ветеранів Вміти Планувати та проводити інклюзивні заняття Адаптувати вправи та обладнання Оцінювати рухову діяльність дітей в інклюзивному середовищі

Години занять					Тема	Результати навчання
Лекції	Практичні	Семінарські	Лабораторні	Самостійні		
						Створювати доступні та безпечні умови Використовувати спорт як засіб реабілітації для дітей та ветеранів
40	84			56	Разом 180	

ПОЛІТИКА ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Нормативна база освітнього процесу доступна за посиланням

<https://kpdi.edu.ua/publiczna-informatsiia/polozhennya-yaki-reglamentuyut-diyalnist-instytutu>

Дотримання умов доброчесності	Дотримання положень Кодексу академічної доброчесності НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут».
Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти	Зарахування результатів навчання у неформальній та інформальній освіті здійснюється згідно з Положенням про порядок визнання результатів навчання здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти у НРЗВО КПДІ, зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю): закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю). Критерії оцінювання результатів навчання, здобутих у неформальній / інформальній освіті. 1. Наявність документа про завершення: сертифікат, диплом, грамота або інший документ, що підтверджує успішне проходження. 2. Відповідність змісту отриманих знань та здобутих результатів навчання тематиці курсу: у випадку якщо це курси, вебінари, семінари, круглі столи тощо, їх тематика має відповідати одній або кільком темам, які визначені даною робочою програмою. 3. Система оцінювання. Здобувач отримує: - відмінно (12-10 балів), якщо курс має значний обсяг, містить практичну складову, зміст курсу повністю відповідає програмним результатам навчання. Здобувач, який отримує оцінку «відмінно», демонструє глибокі, системні знання та високий рівень практичних навичок, здобутих у неформальній освіті. Він не просто засвоїв матеріал, а й здатен застосовувати його в реальних умовах, аналізувати та створювати власні рішення; - добре (9-7 балів): якщо зміст збігається з основними положеннями певної теми. Здобувач на цьому рівні володіє основними знаннями та вміннями, які відповідають ключовим положенням певної теми. Уміє застосовувати отримані знання в типових, стандартних ситуаціях.

	Здатний виконати практичні завдання, що були частиною курсу. Може виконувати аналітичну роботу, але потребує додаткових роз'яснень для вирішення нестандартних проблем; - задовільно (6-4 балів): короткостроковий семінар або тренінг, що дає базове розуміння теми. Здобувач володіє базовим розумінням теми, але його знання є фрагментарними, а навички – обмеженими. Його знання є поверхневими, і він може мати значні труднощі з поясненням взаємозв'язків між різними аспектами теми.
Очікування	Організація освітнього процесу та відвідування занять відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут»», «Положення про організацію освітнього процесу у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут»», «Положення «Про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут»».
Відвідування занять	Відвідування лекційних, практичних та семінарських занять з дисципліни є обов'язковим для усіх студентів відповідно до розкладу.
Відпрацювання пропусків занять	Студент, який пропустив заняття, самостійно вивчає матеріал за наведеними у силабусі джерелами інформаційного забезпечення і ліквідує заборгованість під час консультацій. Відпрацювання пропусків занять відбуваються відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу».
Допуск до екзамену	Відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу» всі студенти, котрі не мають пропусків занять (відпрацювали пропуски занять) допускаються до екзамену.
Підсумкова оцінка	Результати контролю оцінюються за 4-бальною шкалою та доводяться до відома студентів не пізніше трьох днів з часу його проведення із внесенням результатів у документи обліку успішності студентів. Студенти, які до початку сесії мають хоча б з одного виду контролю (змістового модуля) незадовільні оцінки, не одержують підсумкову оцінку і не допускаються до екзамену рішенням Педагогічної ради як такі, що не виконали навчальної програми з дисципліни. Деталі, щодо підсумкового контролю окреслені у «Положенні про організацію освітнього процесу» та «Положенні про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут».
Екзаменаційна оцінка	Результати екзамену оцінюються за 4-бальною шкалою у відповідності до «Положення про контроль та критерії оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів освіти у Відокремленому структурному підрозділі Кам'янець-Подільський фаховий коледж Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут»».

ВЕРИФІКАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Критерії оцінювання навчальної діяльності студента Оцінювання за 4-бальною шкалою

Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою	
		Екзамен	Диференційовані залік
Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Високий (творчий)	відмінно	Зараховано з оцінкою «відмінно»
Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно варіативний)	добре	Зараховано з оцінкою «добре»
Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок			
Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Середній (репродуктивний)	задовільно	Зараховано з оцінкою «задовільно»
Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні			
Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	Низький (рецептивно-продуктивний) з можливістю повторного складання семестрового контролю	незадовільно	не зараховано

ІНФОРМАЦІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ:

Нормативно-правова база	1. Верховна Рада України. <i>Законодавство у сфері фізичної культури і спорту. Відомості Верховної Ради України.</i> https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12 2. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту : Указ Президента України від 28 верес. 2004 р. № 1148/2004. https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004 3. Про затвердження Державної програми «Фізичне виховання — здоров'я нації» : Постанова Кабінету Міністрів України від 9 груд. 2009 р. № 1311. — https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1311-2009-%D0%B. 4. Міністерство молоді та спорту України. Офіційний сайт. https://mms.gov.ua 5. Національний олімпійський комітет України. Офіційний сайт : https://noc-ukr.org
Основна література	6. Андрусенко В. О., Круцевич Т. Ю. Адаптована фізична культура і спорт. Київ : Олімпійська література, 2015. 256 с. 7. Арєф'єв В. Г. (ред.) Медико-біологічні основи спорту. Київ : Олімпійська література, 2016. 432 с. 8. Бубка С. Н. Олімпізм і сучасний спорт. Київ : Олімпійська література, 2019. 240 с. 9. Білоножко М. В. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології для осіб з інвалідністю. Київ : НУФВСУ, 2020. 186 с. https://uni-sport.edu.ua/node/511 10. Білоножко М. В. Сучасні фітнес-технології у фізичному вихованні. Київ : НУФВСУ, 2020. — 186 с. https://uni-sport.edu.ua/node/511 11. Войтенко О. С. Суддівство у спорті: теорія і практика. Харків : ХДАФК, 2019. — 198 с. https://hdafk.kh.ua/biblio/ 12. Головка В. В. Спортивний травматизм: профілактика і реабілітація. Харків : ХДАФК, 2020. — 210 с. https://scholar.google.com.ua/scholar?hl=uk&q=Головка+В.+В.+Спортивний+травмати+ЗМ. 13. Гончаренко В. В. Фітнес: теорія і методика оздоровчого тренування. Харків : ХДАФК, 2019. 260 с. https://hdafk.kh.ua/biblio/ 14. Гончарук Н. П. Фізична культура і здоровий спосіб життя. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 220 с. https://culonline.com.ua/catalog/fizychna-kultura-ta-sport/. 15. Жданов Ю. А. Менеджмент і маркетинг у спорті. Київ : Олімпійська література, 2018. 250 с. 16. Загородній А. В. Облік і аналіз тренувального процесу. Київ : НУФВСУ, 2017. 200 с. https://uni-sport.edu.ua/node/451 17. Круцевич Т. Ю. (ред.) Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. — Київ : Олімпійська література, 2017. 392 с. 18. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Методи та форми фізичного виховання дітей. Київ: Олімпійська література, 2012. 224 с. https://olympbook.com.ua/product/metody-doslidzhennya-zdorovya/ 19. Костюкевич В. М. Сучасні технології тренування спортсменів різної кваліфікації. — Вінниця : Планер, 2018. 256 с. 20. Костюкевич В. М. Контроль тренувальних і змагальних навантажень у спорті. — Вінниця : Планер, 2020. 210 с. 21. Ключ О.А., Мисів В.М. Теорія і методика гри в баскетбол 3х3: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : ФОП Гордукова І. Є., 2023. 152с. 22. Ключ О.А., Балацька Л.В., Рудзевич І.Л. Фізичне виховання в інклюзивній освіті: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ друкарня

- «Рута», 2024. 147с.
23. Линець М. М. Теорія і методика фізичного виховання та спорту. Львів : ЛДУФК, 2018. – 410 с.
- 24.Линець М. М. Оздоровчі технології у фізичному вихованні різних груп населення. Львів : ЛДУФК, 2021. 240 с.
<https://ldufk.edu.ua/index.php?id=navchalna-literatura>
- 25.Линець М. М. Оздоровча фізична культура у навчальних закладах. Львів : ЛДУФК, 2021. 240 <https://ldufk.edu.ua/index.php?id=navchalna-literatura>
- 26.Ніколаєв Ю. М. Медико-педагогічний контроль у фізичному вихованні і спорті. Київ : Олімпійська література, 2019. 260 с.
- 27.Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Київ : Олімпійська література, 2015. 820 с..
- 28.Платонов В. Н. Теорія спорту: загальні і спеціальні основи. Київ : Олімпійська література, 2020. 768 с.
- 29.Платонов В. М. Фізична культура і здоровий спосіб життя людини. Київ : Олімпійська література, 2018. 312 с.
<https://olympbook.com.ua/product/fizkultura-i-zdorovya/>
- 30.Пашко Т. В. Інноваційні технології у спорті та фізичній культурі. Київ : КНТЕУ, 2020. 188 с.
- 31.Прокопенко О. І. Соціологія спорту. Харків : ХДАФК, 2015. 220 с.
- 32.Павленко І. І. Професіоналізація та комерціалізація спорту: тенденції ХХІ століття. Київ : КНЕУ, 2021. 196 с.
- 33.Семенов В. І. Безпека під час занять фізичною культурою та спортом. Київ : НУФВСУ, 2021. 180 с. <https://uni-sport.edu.ua/node/451>
- 34.Сутула В. А. Теорія спорту. Харків : ХДАФК, 2016. 320 с.
- 35.Сергієнко Л. П. Психологічні аспекти здорового способу життя. Київ : НАПН України, 2020. 180 с. <https://lib.iitta.gov.ua/>
- 36.Томенко О. А. Організація та управління у сфері фізичної культури і спорту. Київ : НАУ, 2021. 272 с..
- 37.Тищенко В. М. Оздоровчий фітнес та його технології. Київ : НУФВСУ, 2017. 190 с.
<https://uni-sport.edu.ua/node/512>
- 38.Фісун А. Я. Основи спортивної медицини. Київ : Медицина, 2017. 300 с.
<https://medpublish.com.ua/osnovi-sportivnoi-meditsini>.
- 39.Шинкаренко В. О. (ред.) *Сучасні види спорту: кросфіт, черліденг, пейнтбол, воркаут, кіберспорт* : навч.-метод. посібник. Харків : ХДАФК, 2022. 280 с.
- 40.American College of Sports Medicine (ACSM). *Exercise and Physical Activity for Older Adults*. – 2019. – 120 p.
<https://www.acsm.org/read-research/books/older-adults-exercise-guidelines>
- 41.CrossFit Training Guide. CrossFit Inc., 2021. PDF.
Режим доступу: https://library.crossfit.com/free/pdf/CFJ_English.pdf.
- 42.Deaflympics Official Website. History and Organization of the Deaflympics. 2022.
<https://www.deaflympics.com/>
- 43.Hamari J., Sjöblom M. The Rise of Esports in the Modern World. Springer, 2019. 258 p.
Режим доступу: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-030-17274-3>
- 44.International Paralympic Committee (IPC). *Paralympic Games Handbook*. 2022.
<https://www.paralympic.org/the-ipc/handbook>
- 45.Jenny R., Brown N., Dale K. Cheerleading: Conditioning and Performance. Champaign (IL) : Human Kinetics, 2017. 304 p.
DOI: <https://doi.org/10.5040/9781492586548>
- 46.Kulikov, V., & Stoyanova, V. Pilates and Aquatic Exercise for Elderly Health. . Journal of Physical Activity and Health, 2021.

	https://journals.humankinetics.com/view/journals/jpah/jpah-overview.xml. 47. Micheli, L. J., & Zernicke, R. F. <i>Exercise Prescription for Older Adults</i>. Champaign, IL : Human Kinetics, 2018. 240 p. https://us.humankinetics.com/products/exercise-prescription-for-older-adults 48. Special Olympics Official Website. Special Olympics Global Programs. https://www.specialolympics.org/. 49. Sherrill, C. <i>Adapted Physical Activity, Recreation and Sport: Crossdisciplinary and Lifespan</i>. 5th Edition. Champaign, IL : Human Kinetics, 2019. 480 p. https://us.humankinetics.com/products/adapted-physical-activity-recreation-and-sport-5th-edition 50. Thomas, J. R., Nelson, J. K., Silverman, S. J. <i>Research Methods in Physical Activity</i>. Champaign, IL : Human Kinetics, 2022. – 512 p. https://us.humankinetics.com/products/research-methods-in-physical-activity-8th-edition 51. WHO (World Health Organization). <i>Global Recommendations on Physical Activity for Health</i>. Geneva : WHO, 2010. 60 p. https://www.who.int/publications/i/item/9789241599979
Інтернет-ресурси	https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/fizkultura+sport Верховна Рада України. Законодавство у сфері фізичної культури і спорту. https://mon.gov.ua офіційний сайт Міністерство освіти і науки України Освітні програми фізичного виховання https://naurok.com.ua/istoriya-rozvitku-ukra-nskogo-sportu-467581.html наукова стаття “Історія розвитку українського спорту” (Naurok.com.ua) https://sport.ua Матеріал “Сучасні тенденції розвитку спорту” (Sport.ua) https://fitcurves.org.ua Кросфіт як сучасний напрям фітнесу” (FitCurves Ukraine) https://paintball.ua “Пейнтбол — командна гра нового покоління” (Paintball.ua) https://cheerleading.com.ua “Черліденг — вид спорту, що поєднує танець та акробатику” (Cheerleading Federation of Ukraine) https://uesf.org.ua “Кіберспорт в Україні: нова ера спорту” (Esports Ukraine Federation) https://street-workout.org.ua “Воркаут як соціальний рух і спорт” (Street Workout Ukraine) https://zakon.rada.gov.ua/go/3808-12 «Закон України “Про фізичну культуру і спорт» https://mms.gov.ua/invasport Сторінка підрозділу Український центр «Інваспорт» (система спорту для осіб з інвалідністю) на сайті Мінмолодьспорту https://zakon.rada.gov.ua/go/1148/2004 «Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (Указ Президента №1148/2004) https://zakon.rada.gov.ua/go/1089-2020-%D0%BF Стратегія розвитку фізичної культури і спорту до 2028 року (Постанова КМУ №1089-2020-п) https://zakon.rada.gov.ua/go/115-2017-%D0%BF Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту до 2025 року (Постанова КМУ №115-2017-п) https://www.president.gov.ua/documents/422016-19772 Указ Президента №42/2016 “Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності” https://fitnessacademy.com.ua/articles/osoblyvosti-trenuvan-dlia-liudei-pokhилоgo-viku/ Назва: «Особливості тренувань для людей похилого віку» (Академія Фітнесу Україна) https://mit-s.com.ua/organizaciya-ozdorovchix-zaxodiv-dlya-ditej/ «Організація профілактичних і оздоровчих заходів для дітей в умовах навчальних закладів»