

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський).

**Назва навчальної дисципліни:** Філософія

**Статус дисципліни** Нормативна

**Мова навчання** Українська

**Семестр** 3

**Кредити ЄКТС** 3

**Програмні результати навчання:** формування знань студентів про основні періоди розвитку філософії, основні філософські ідеї, концепції, напрямки та школи, ключові філософські проблеми, які визначили парадигмальні зрушення у розвитку духовної і матеріальної культури; формування у студентів цілісної світоглядної картини відображення дійсності як основи загальнокультурного поступу людства; наявність навичок у студентів щодо аналізу й інтерпретації першоджерел з філософії; поглиблення рівня філософського мислення студентів, їх вміння аналізувати й узагальнювати явища і процеси соціокультурної дійсності, визначати причинно-наслідкові зв'язки між ними, самостійно оцінювати й прогнозувати вплив філософських ідей на розвиток різних сфер соціальної дійсності.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

**Змістовий модуль 1. Розвиток філософії від найдавніших часів до XVIII ст.**

**Тема 1.** Предмет філософії.

**Тема 2.** Філософія Стародавнього світу.

**Тема 3.** Філософія середніх віків та епохи Відродження.

**Тема 4.** Формування філософії Нового часу.

**Змістовий модуль 2. Розвиток філософської думки (XVIII – XX ст.)**

**Тема 1.** Німецька філософія XVIII – XIX ст.

**Тема 2.** Класична і некласична філософія XIX ст.

**Тема 3.** Історія філософської думки в Україні.

**Тема 4.** Світова філософія в XX – поч. XXI ст.

**Змістовий модуль 3. Актуальні філософські проблеми сучасності.**

**Тема 1.** Філософське розуміння світу. Буття. Матерія. Всесвіт.

**Тема 2.** Філософська антропологія. Людина як сутність і екзистенція.

**Тема 3.** Філософське розуміння свідомості.

**Тема 4.** Проблема пізнання у філософії.

**Тема 5.** Соціальна філософія.

**Вид семестрового контролю:** іспит – 3 семестр

**Рекомендована література:**

1. Історія філософії: Підручник / За ред. Кременя В. – Х.: Прапор, 2003.
2. Історія філософії: Підручник / За ред. Ярошовця В. – К.: ПАРАПАН, 2002.
3. Герасимчук А., Тимошенко З. Курс лекцій з філософії. – К.: Видавництво Європейського університету, 1999.
4. Причепій Є., Черній А., Гвоздецький В., Чекаль Л. Філософія. – К.: Академія, 2001.
5. Саух П.Ю. Філософія: Навч. посібник. – К.: Центр навчальної літератури, 2003.
6. Філософія: Навчальний посібник / І. Надольний, В. Андрущенко, І. Бойченко та ін.; За ред. І. Надольного. – К.: Вікар, 1999.

**Internet джерела:**

1. Безкоштовна електронна бібліотека з філософії. – Електронний ресурс. Режим доступу: [padabum.com](http://padabum.com)
2. Доступ до повнотекстових книг з філософії. – Електронний ресурс. Режим доступу: [nehudlit.ru](http://nehudlit.ru)

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Назва навчальної дисципліни:** Іноземна мова (англійська)

**Статус дисципліни:** нормативна

**Мова навчання:** англійська

**Семестр:** 1 - 4

**Кредити ЄКТС** 5

**Програмні результати навчання:** формування необхідної комунікативної спроможності в сферах базового та ситуативного спілкування в усній та письмовій формах, навичок практичного володіння іноземною мовою в різних видах мовленнєвої діяльності в обсязі представлені тематики, оволодіння інноваційно-комунікативними технологіями.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** **Personal Profile.** Typical Friends. The expat files. He still lives with his parents. Tour group. Houseswap. Pennsylvania Avenue. **It's an Amazing World!** Miracle diets? Rice. Fussy eaters. Eat out. Traffic jam. Follow that car! Let's take the bus. A good impression. Body moving. **Making contact.** Neighbours. School days. Irish schools. Red faces. Which school? Flatmates. Another country. Home town. **Global issues.** Rising stars. Hard work. Job selection. The recruitment agency. The futurological conference. Space tourists. Help! Great ideas. What's on.

**Вид семестрового контролю:** залік – 2 семестр, іспит – 4 семестр

#### **Рекомендована література:**

1. Straightforward Elementary. Student's book, L., Macmillan Publishers Limited.- 2010 – 160 p.
2. Straightforward Elementary. Workbook, L., Macmillan Publishers Limited.- 2010 – 96 p.
3. Straightforward Pre-Intermediate. Student's book, L., Macmillan Publishers Limited.- 2009 – 160 p.
4. Straightforward Pre-Intermediate. Workbook, L., Macmillan Publishers Limited.- 2008 – 95 p.
5. R. Murphy. Essential Grammar in Use. – Cambridge University Press. – 259 p.

#### **Internet джерела:**

1. <http://www.macmillanenglish.com>
2. <http://www.pearsonlongman.com>
3. <http://www.multitran.com> - СЛОВНИК ОН-ЛАЙН
4. <http://www.bbc.co.uk/worldservice/learningenglish/> - BBC Learning English

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Назва навчальної дисципліни:** ІСТОРІЯ ТА КУЛЬТУРА УКРАЇНИ

**Статус дисципліни** Нормативна (обов'язкова)

**Мова навчання** Українська

**Семестр** 2

**Кредити ЄКТС** 3

**Програмні результати навчання:** Сформувати системне уявлення студентів про провідні, визначальні тенденції розвитку української історії та її взаємозв'язок з головними тенденціями розвитку культури.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

**Модуль 1. Доцивілізаційна, середньовічна, ранньомодерна та нова історія культура України**

Тема 1. Первісна історія та перші державні утворення на території України.

Походження українського етносу. Держава Київська Русь. Галицько-Волинське князівство.

Тема 2. Україна у складі Великого князівства Литовського та Речі Посполитої. Хмельниччина (1648–1657 рр.) Україна: доба “Руїни” (друга половина XVII ст.) Соціально-економічне та політичне становище України у XVIII ст.

Тема 3. Україна в XIX – на початку XX ст.

Тема 4. Культура України з найдавніших часів до кінця XIV ст.

Тема 5. Культура України XV – початку XX ст.

**Модуль 2. Новітня історія та культура України**

Тема 6. Українська революція 1917–1920 рр.

Тема 7. Україна між двома світовими війнами. Україна в Другій світовій війні.

Тема 8. Особливості розвитку України у 1950-х – 1991 рр.

Тема 9. Культура України 1914 – 1964 рр.

Тема 10. Культура України 1964 – 1991 рр. Незалежна Україна.

**Вид семестрового контролю:** іспит

Рекомендована література

1. Аркас М. Історія України-Русі. – К., 1990.
2. Баженов В. Г. Історія України. – К., 2005.
3. Борисенко В. Й. Курс української історії: З найдавніших часів до двадцятого століття: [Навч. посібник]. – К., 1996.
4. Історія України XX – початку XXI століття / [за заг. ред. акад. НАН України В. А. Смолія; Навч. посібник]. – К., 2004.
5. Історія української культури. – У 5-ти т. – К., 2000. – Т. 1-5.
6. Кордон М.В. Історія української культури: Навч. посіб. – Львів: Магнолія 2006, 2011. – 336 с.
7. Кордон М.В. Українська та зарубіжна культура: Підручник. – К: Центр учбової літератури, 2007. – 576 с.
8. Богуцький Ю. П., Андрущенко В.П., Безвершук В.О., Новохатько Л.М. Українська культура в європейському контексті. – К.: Знання, 2007. – 679 с

Internet джерела:

1. [www.lnu.edu.ua/istoryku/](http://www.lnu.edu.ua/istoryku/) - Інститут історичних досліджень/
2. [www.istpravda.com.ua](http://www.istpravda.com.ua) - журнал "Історична правда".
3. [www.nbuv.gov.ua/](http://www.nbuv.gov.ua/) - Національна бібліотека України імені В.І.Вернадського
4. Історія української культури. – Режим доступу : [http://buklib.net/index.php?option=com\\_jbook&catid=183](http://buklib.net/index.php?option=com_jbook&catid=183)
5. Лекції з історії української культури. – Режим доступу : <http://bestreferat.ru/referat-43793.html>
6. Офіційний веб-сайт Інституту історії України НАН України. – Режим доступу : <http://www.history.org.ua>

**Спеціальність: 014 Середня освіта (Фізична культура).**

**Освітня програма: Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.**

**Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський).**

**Назва навчальної дисципліни: Політологія**

**Статус дисципліни Нормативна (обов'язкова)**

**Мова навчання Українська**

**Семестр 8**

**Кредити ЄКТС 2**

**Програмні результати навчання:** після вивчення курсу «Політологія» студенти повинні знати: об'єкт, предмет і методи політичної науки, володіти та чітко оперувати її понятійно-категоріальним апаратом; мати уявлення про сутність політичного життя, політичних відносин та процесів, про суб'єкт і об'єкт політики; знати права людини і громадянина, суть і значення політичних систем і режимів у житті держави та суспільства; вміти логічно та послідовно викладати засвоєний матеріал, використовуючи набуті знання, досвід та відстоювати сформовані переконання; використовувати набуті знання в практичній політичній діяльності, вміти аналізувати політичні процеси та робити компетентні висновки щодо загальноцивілізаційних та вітчизняних процесів, давати характеристику вченням про політику; розуміти сенс та основні напрями розвитку світового політичного процесу, мати уявлення про геополітичну обстановку, місце, роль і статус України в сучасному політичному світі; набути високого рівня політичної культури, вміння застосувати політичні знання в своїй професійній та громадській діяльності.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

**Модуль 1. Політичний процес та суб'єктно-об'єктна детермінація політики.**

**Змістовий модуль 1:** Політика як соціальне явище. Предмет і методи політології.

**Змістовий модуль 2:** Історія розвитку політичної думки. Пліуралізм політичних концепцій XIX–XX ст. Становлення і розвиток політичної думки в Україні IX–XX ст.

**Модуль 2. Політична система суспільства і світова політика.**

**Змістовий модуль 3:** Політична влада. Політична система суспільства. Політична еліта і політичне лідерство. Політична культура і політична свідомість. Вибори та виборчі системи.

**Змістовий модуль 4:** Держава в політичній системі суспільства. Україна в геополітичній стратегії світового співтовариства.

**Вид семестрового контролю:** іспит 8 семестр

**Рекомендована література:**

1. Політологія: навчально-методичний посібник для студентів історичного факультету та Навчально-наукового інституту педагогіки денної та заочної форми навчання / Укл. Фаріон О. О. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – 108 с.

2. Політологія: Підручник / В. Ф. Баранівський. – Київ: НАУ, 2016. – 236 с.

3. Політологія у схемах, таблицях, визначеннях: Навч. посіб. / За ред. І. С. Дзюбка, І. Г. Оніщенко, К. М. Левківського, З. І. Тимошенко. – К.: Укр.-фін. ін.-т менеджм. і бізнесу, 1999. – 161 с.

**4. Internet джерела:**

<http://politics.ellib.org.ua/pages-cat-45.html>

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура)

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно масової роботи

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Українська мова (за професійним спрямуванням)

**Статус дисципліни:** Цикл загальної підготовки. Нормативна (обов'язкова)

**Мова навчання:** українська

**Семестр:** 3

**Кредити ЄКТС:** 3

**Програмні результати навчання:** сформована мовна компетенція майбутніх фахівців, що містить знання і практичне оволодіння нормами літературної мови; навички самоконтролю за дотриманням мовних норм у спілкуванні; вміння і навички оптимальної мовної поведінки у професійній сфері; стійкі навички усного й писемного мовлення, зорієнтованого на професійну специфіку; навички оперування фаховою термінологією, редагування, корегування та перекладу наукових текстів.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

Модуль 1 Законодавчі та нормативно-стильові основи професійного спілкування

Модуль 2. Професійна комунікація

Модуль 3. Наукова комунікація як складова фахової діяльності

**Вид семестрового контролю:** іспит – 3 семестр

**Рекомендована література**

1. Голубовська І. В. Українська ділова мова : дистанційна форма навчання : навч.-мет. посіб. / І. Голубовська. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. – 124 с.
2. Курс лекцій з української мови (за професійним спрямуванням) : навч. посіб. для самот. роботи студ. нефілолог. спец-стей / К. Я. Климова, І. В. Голубовська та ін. ; за ред. К. Я. Климової. – Житомир : Рута, 2011. – 115 с.
3. Підгурська В. Ю. Культура фахової мови : навч. посіб. для самот. роб. студ. нефілол. спец-стей пед. ВНЗ з курсу "Українська мова за професійним спрямуванням" / В. Підгурська. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2012. – 220 с.
4. Погиба Л. Г., Грибіниченко Т. О., Голіченко Л. М. Українська мова фахового спрямування : підручник / Л. Погиба та ін. – К. : Кондор-Вид-во, 2012. – 348 с.
5. Практикум з української мови (за професійним спрямуванням) : навч.-мет. посіб. для самост. роботи студ. / уклад. : І. Голубовська, О. Левківська, О. Марущак ; за ред. І. В. Голубовської. – Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2014. – 133 с.
6. Семенов О. М. Культура наукової української мови : навч. посіб. / О. М. Семенов. – К. : Академія, 2010. – 216 с.

**Internet джерела:**

1. З енциклопедії "Українська мова" [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://litopys.org.ua/ukrmoiva/um.htm>
2. Офіційний сайт української мови [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://ukrainskamova.at.ua/>
3. Пономарів О. Культура слова: мовностилістичні поради [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://ponomariv-kultura-slova.wikidot.com/>
4. Чак Є. Чи правильно ми говоримо? [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://chak-chy-pravylnu-my-hovorymo.wikidot.com/>
5. "Як ми говоримо" Бориса Антоненка-Давидовича [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://yak-my-hovorymo.wikidot.com/>

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Навчальна дисципліна:** Основи медичних знань та охорони здоров'я.

**Статус дисципліни:** нормативна.

**Мова навчання:** українська.

**Семестр:** II.

**Кредити ECTS:** 2.

**Автономність і відповідальність, знання, комунікації, уміння:** мати сучасні знання про основи анатомії та фізіології організму людини; питання загальної та особистої гігієни здорової та хворої людини; вікові особливості розвитку та функціонування дитячого організму та основні ознаки деяких патологічних станів у дітей і підлітків, основні клінічні симптоми при захворюваннях, отруєннях та нещасних випадках, які вимагають негайної долікарської допомоги; завдання і загальні принципи надання першої медичної допомоги при нещасних випадках і гострих станах; види пов'язок та правила їх накладання; види іммобілізації, способи й види транспортування потерпілих в залежності від локалізації та характеру пошкоджень; принципи і методи реанімації; показання для її проведення та критерії ефективності. Використовувати предмети догляду, які застосовують з метою особистої гігієни хворих та проводити профілактику пролежнів; вимірювати та оцінювати рівень артеріального тиску, пульсу, частоту дихання та температуру тіла; володіти технікою промивання шлунку без використання зонду; застосовувати засоби впливу на кровообіг (гірчичники, зігрівальний компрес, міхур з льодом, загальні та місцеві ванни); виконувати підшкірні та внутрішньошкірні ін'єкції; обробити рану; провести тимчасове припинення кровотечі; провести транспортну іммобілізацію кінцівок при переломах та вивихах; транспортувати потерпілих та тяжкохворих; накладати пов'язки на різні ділянки тіла; проводити штучну вентиляцію легень, закритий масаж серця; надавати першу медичну допомогу при непритомності, колапсі, розвитку шоку, опіках, обмороженнях, електротравмах, при втопленні, отруєннях, укусах тварин та комах, перегріванні та переохолодженні організму.

**Програма навчальної дисципліни складається з таких модулів:**

**МОДУЛЬ I. Здоров'я як найважливіший аспект життєдіяльності організму.**

Змістовий модуль 1. Поняття про здоров'я.

Змістовий модуль 2. Загальна етіологія. Загальний патогенез.

**МОДУЛЬ II. Перша долікарська допомога.**

Змістовий модуль 3. Невідкладна долікарська допомога, реанімація.

Змістовий модуль 4. Десмургія.

**Вид семестрового контролю:** залік (II семестр).

**Рекомендована література:**

1. Апанасенко Г. Л. Избранные статьи о здоровье / Г. Л. Апанасенко. – Киев : Здоровья, 2005. – 48 с.

2. Виноградов П.А., Моченов В.П. Новый этап в развитии физкультурно-оздоровительной и спортивной работы среди учащейся молодежи // Теор. и практ. физ. культ. – 1998. – № 7. – С. 24-40.

3. Ладияк А. Б. Контроль стану здоров'я школярів засобами комп'ютерних технологій / А. Б. Ладияк, Б. І. Ладияк // Вісник Кам'янець –Подільського національного університету. – 2008. – С. 199-201.

4. Товстуха Є. С. Українська народна медицина / Є. С. Товстуха. – К.: Рось, 1994.

5. Кристофер Р. В. Основи медичних знань та методи лікування за Девідсоном (у 2 томах). – К.: Кобза, 1994. – 596 – 649 с.

6. Мойсак О. Д. Основи медичних знань і охорони здоров'я / О. Д. Мойсак // Навчальний посібник. – 3-є видання. – К.: Арістей, 2006. – 588 с.

7. Основи медичних знань: долікарська допомога та медико-санітарна підготовка: Навч. посібн./ О. В. Чуприна, Т. В. Гишак, О. В. Долинна. – К.: Вид. Паливода В., 2006. – 216 с.

8. Нормальна фізіологія / За ред. В.І. Філімонова. — К.: Здоров'я, 2008. — 608 с.

9. Філімонов В.І. Фізіологія людини: Підручник для мед. ВНЗ I—III рівнів акред. — К.: Медицина, 2011 — 488 с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Екологія

**Статус дисципліни** варіативна (за вибором університету)

**Мова навчання** Українська

**Семестр** 3

**Кредити ЄКТС** 3

**Програмні результати навчання:**

*Знати:* основні закономірності взаємодії людини, суспільства і природи, особливості впливу антропогенних та техногенних чинників на природне середовище та його зворотну дію, основи екологічного світогляду, екологічної свідомості та культури.

*Вміти:* знаходити шляхи подолання та вирішення сучасних локальних та глобальних (регіональних) екологічних проблем. Вміння формувати у дітей особисте відповідальне ставлення до екологічних проблем як глобального так і локального значення. Вміти поєднувати свої фахові знання та знання з екології у викладанні фахових предметів шкільної програми (міждисциплінарні зв'язки). Дотримуватись основ стратегії та практики раціонального природокористування з урахуванням обґрунтованих уявлень про взаємодію і взаємозв'язок усіх компонентів у природі, соціальній і технологічній сферах, збереження й стабільного розвитку життя на Землі.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

*Модуль 1.* Основи теоретичної екології

Тема 1. Екологія як наука

Тема 2. Організм і середовище. Проблеми аутоекології.

Тема 3. Популяції, біоценози, екосистеми.

Тема 4. Вчення про біосферу.

*Модуль 2.* Прикладні аспекти екології.

Тема 5. Проблеми охорони біосфери

Тема 6. Екологічні особливості галузевого використання природних ресурсів та екотехнологій.

Тема 7. Стратегія і тактика стабільного розвитку і збереження життя на Землі.

**Рекомендована література**

1. Кучерявий В. О. Екологія.-Львів: Світ, 2000.-493 с.
2. Федоренко О. І., Бондар О. І., Кудін А. В. Основи екології. – К.: Знання, 2006. – 543 с.
3. Білявський Г. О., Падун М. М., Фурдуй Р. С. Основи загальної екології.- К.:Либідь, 1995- 365 с.
4. Джигирей В. С. Екологія та охорона навколишнього середовища. Навч. посібник.- К.: Знання, 2000.- 203 с.
5. Бровдій В. М. Гаца О. О. Екологічні проблеми України (проблеми ноогеніки та незамкнена). – К.: НПУ, 2000.-110 с.

Internet джерела:

1. <http://eduknigi.com/>.
2. <http://readbookz.com/>
3. <http://zelenyshluz.narod.ru/>

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Педагогіка

**Статус дисципліни:** за вибором університету

**Мова навчання:** українська

**Семестр:** 1-2

**Кредити ЄКТС:** 5

**Програмні результати навчання:**

По завершенню вивчення курсу студенти повинні **знати:**

- особливості дослідження і розроблення теоретичних основ процесів освіти, навчання і виховання;
- шляхи розроблення і впровадження у практику найбільш ефективних форм і методів, сучасних технологій виховання, освіти і навчання;
- теоретичні і практичні основи реалізації завдань розумового, морального, трудового, естетичного і фізичного виховання;
- особливості виховання і підготовки висококваліфікованих працівників галузі освіти.

По завершенню вивчення курсу студенти повинні **вміти:**

- аналізувати педагогічну літературу з метою осмислення різних теоретико-методологічних підходів до педагогічного процесу;
- інтерпретувати основні педагогічні закони, закономірності для кращого усвідомлення об'єктивних зв'язків між педагогічними явищами та процесами;
- аналізувати педагогічні категорії різного рівня узагальнення;
- аналізувати міжпредметні зв'язки педагогіки із суміжними людинознавчими науками;
- здійснювати альтернативний вибір найбільш ефективних педагогічних систем;
- використовувати основні категорії та поняття педагогічної науки для формування доцільних стосунків з учнями;
- викладати свої думки чітко, логічно, переконливо, емоційно;
- стимулювати розвиток активності, ініціативи в навчально-виховному процесі.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

Модуль 1. Загальні основи педагогіки

*Змістовий модуль 1. Педагогіка як наука та навчальний предмет*

*Змістовий модуль 2. Суб'єкти педагогічної діяльності*

*Змістовий модуль 3. Загальна характеристика процесу виховання*

Модуль 2. Теорія освіти та навчання

*Змістовий модуль 1. Основні категорії та поняття дидактики*

*Змістовий модуль 2. Форми, методи та засоби навчання*

**Вид семестрового контролю:** іспит

**Рекомендована література:**

1. Волкова Н.П. Педагогіка. – К., 2001.
2. Галузинський В.М., Євтух М.Б. Педагогіка: теорія та історія. Навч. посібник. – К., 1995.
3. Мойсеюк Н. Є. Педагогіка – К., 2001
4. Основи національного виховання /За ред. В.Г.Кузя. – К., 1993.



**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Назва навчальної дисципліни:** Нові інформаційні технології

**Статус дисципліни:** варіативна (за вибором університету)

**Мова навчання:** українська

**Семестр:** 1

**Кредити ЄКТС:** 3

**Програмні результати навчання:**

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

**знати:** апаратне та програмне забезпечення ПК; класифікацію ПЗ; загальні відомості про ОС Windows та роботу з її об'єктами; основи роботи з графічним редактором Paint; основи роботи з текстовим редактором MS Word: набір та редагування тексту, створення та оформлення таблиць, робота з нетекстовими об'єктами; основні можливості електронних таблиць MS Excel; основи роботи із програмою створення презентацій MS Power Point; основи роботи в комп'ютерній мережі.

**вміти:** працювати з основними об'єктами ОС Windows; виконувати основні операції редагування та форматування документу за допомогою редактора MS Word; виконувати розрахунки за допомогою електронних таблиць MS Excel; створювати діаграми та графіки за допомогою електронних таблиць MS Excel; використовувати програму архівації файлів; створювати презентації MS PowerPoint та налагоджувати їх для демонстрації; використовувати MS Publisher для створення різних видів публікацій.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

Модуль 1

Змістовий модуль 1. Операційна система Windows.

Змістовий модуль 2. Текстовий процесор MS Word.

Модуль 2

Змістовий модуль 3. Електронні таблиці MS Excel.

Змістовий модуль 4. Комп'ютерні мережі.

Модуль 3

Змістовий модуль 5. Засіб створення презентацій MS Power Point.

Змістовий модуль 6. Сервісні програми. Засіб створення публікацій MS Publisher.

**Вид семестрового контролю:** залік

**Рекомендована література:**

1. Форкун Ю.В., Длугунович Н.А. – Львів : «Новий Світ-2000», 2012. – 464 с.
2. Дибкова Л.М. Інформатика і комп'ютерна техніка : навчальний посібник [для студентів вищих навч. закладів] / Л.М. Дибкова. – [вид. 2-е, переробл., доп.]. – К. : Академвидав, 2007. – 416 с.
3. Вакалюк Т. А., Карплюк С. О. Новітні інформаційні технології: (лабораторний практикум) : навч.-наоч. посіб. для студ. спец. із поглибленим вивч. інозем. мови Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. – 195 с.
4. Бабій П. І., Баловсяк Н. В., Валецька Т. М., Григоришин І. А., Косяченко С. В. Інформатика та комп'ютерна техніка в лабораторних роботах: навч. посіб. [Ч. І] К. : Центр навч. л-ри, 2004. – 319 с.
5. Макарова, М. В. Інформатика та комп'ютерна техніка : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М. В. Макарова, Г. В. Карнаухова, С. В. Запара ; за ред. М. В. Макарової. – 3-тє вид., переробл. та допов. – Суми : Університетська книга, 2008. – 665 с. : ілюстр. – Рек. МОН України.

Internet джерела:

1. [http://revolution.allbest.ru/programming/00004022\\_0.html](http://revolution.allbest.ru/programming/00004022_0.html)
2. <http://www.refine.org.ua/pageid-4803-1.html>

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

Назва навчальної дисципліни: Основи охорони праці та безпека життєдіяльності

Статус дисципліни варіативна за вибором університету

Мова навчання Українська

Кредити ЄКТС 3

Програмні результати навчання:  
знати:

- основні поняття, аксіоми та терміни безпеки життєдіяльності як навчальної дисципліни та області науково-практичної діяльності;
- джерела небезпеки та їх класифікацію, таксономію і квантифікацію;
- методологічну основу БЖД;
- джерела радіації та одиниці її вимірювання;
- класифікацію небезпечних хімічних речовин за ступенем токсичності, здатності до горіння, впливом на організм людини;
- основи трудового законодавства та нормативно-технічні вимоги по охороні праці;
- технічні засоби виробничої санітарії (опалення, освітлення, засоби захисту від шуму та вібрацій, засоби захисту від теплового випромінювання);
- систему попередження пожеж; заходи та засоби пожежогасіння

уміти:

- ідентифікувати основні методи аналізу безпеки життєдіяльності (системний підхід, системний аналіз, причинно – наслідкова залежність);
- визначати причини та наслідки небезпек;
- організувати розслідування нещасного випадку на виробництві;
- визначити вимоги законодавчих і нормативних актів з охорони праці в межах функціональних обов'язків фахівця;
- проводити інструктажі і навчання безпечним засобом робіт;
- оцінити пожежонебезпечність об'єкта;
- визначити необхідні технічні рішення системи попередження пожежі; визначити необхідні технічні рішення системи пожежного захисту

Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни: (назви модулів і під ними назви змістових модулів)

Модулів - 3

Змістовних модулів – 16

Модуль 1 Основи охорони праці

Змістовий модуль 1. Вступ. Загальні питання охорони праці

Змістовий модуль 2. Правові та організаційні основи охорони праці

Змістовий модуль 3. Державне управління охороною праці, державний нагляд і громадський контроль за охороною праці

Змістовий модуль 4. Організація охорони праці на підприємстві

Змістовий модуль 5. Навчання з питань охорони праці

Змістовий модуль 6. Профілактика травматизму та професійних захворювань

Змістовий модуль 7. Основи фізіології та гігієни праці

Змістовий модуль 8. Основи виробничої безпеки

Змістовий модуль 9. Основи пожежної профілактики на виробничих об'єктах

Модуль 2 Безпека Життєдіяльності

Змістовий модуль 1. Категорійно-понятійний апарат з безпеки життєдіяльності, таксономія небезпек. Ризик як кількісна оцінка небезпек.

Змістовий модуль 2. Природні загрози та характер їхніх проявів і дії на людей, тварин, рослин, об'єкти економіки.

Змістовий модуль 3. Техногенні небезпеки та їхні наслідки.

Змістовий модуль 4. Соціально-політичні небезпеки, їхні види та характеристики. Соціальні та психологічні фактори ризику. Поведінкові реакції населення у НС.

Змістовий модуль 5. Застосування ризик орієнтованого підходу для побудови імовірнісних структурно-логічних моделей виникнення та розвитку НС.

Модуль 3 Безпека Життєдіяльності

Змістовий модуль 6. Менеджмент безпеки, правове забезпечення та організаційно-функціональна структура захисту населення та АТО у НС.

Змістовий модуль 7. Управління силами та засобами ОГ під час НС

Вид семестрового контролю: залік

Рекомендована література

1. Бедрій Я.І. Безпека життєдіяльності. –Л.: Афіша, 1999.

2. Васильєва Р.Ю., Семенець Л.М. Методичні рекомендації до практичних робіт із безпеки життєдіяльності. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2008. – 68с., іл.

3. Джигирей В.С., Жидецький В.Ц. Безпека життєдіяльності. – Львів: Афіша, 1999.

4. Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Зацарний В.В. Безпека життєдіяльності: Навч. посібник для студентів вищих закладів освіти України I-IV рівнів акредитації /За ред. Є.П. Желібо і М.М. Пічі. – Київ “Каравела”, Львів “Новий світ – 2000”, 2001.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** **Основи економічної теорії.**

**Статус дисципліни** варіативна (за вибором студента)

**Мова навчання** Українська

**Семестр** 3

**Кредити ЄКТС** 3

**Програмні результати навчання:** знати особливості конкретних господарських дій та процесів, механізму регулювання та управління ними, функціонування відкритої економіки, методи та засоби захисту національної економіки, процес формування структури економічних процесів у відповідності до світових тенденцій розвитку, **вміти** використовувати сучасну економічну науку, її категорії, закони із врахуванням особливостей дій в умовах економічної системи України; застосовувати основи функціонування ринкової економіки і в першу чергу законів попиту, пропозиції та конкуренції.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

1. Теоретичні основи сучасної ринкової економіки.
2. Глобалізація соціально-економічних процесів в Україні.

**Змістовні модулі.**

1. Основні напрями та інструменти фіскальної та монетарної політики.
2. Макроекономічні проблеми функціонування національної економіки.
3. Закономірності сучасної світової економіки в умовах її зростаючої глобалізації..

**Вид семестрового контролю:** залік

**Рекомендована література**

1. Ажнюк М. О. Основи економічної теорії : навч. посіб. / М. О. Ажнюк, О. С. Передрій. – К. : Знання, 2008. – 368 с.
2. Білецька Л. В. Економічна теорія: Політекономія. Мікроекономіка. Макроекономіка : навч. посіб. / Л. В. Білецька, О. В. Білецький, В. І. Савич. – 2-ге вид. переробл. та допов. – К. : Центр учб. л-ри, 2009. – 688 с.
3. Бочан І. О. Основи економічної теорії: інституціональний підхід : навч. посіб. / І. О. Бочан. – К. : Знання, 2012. – 211 с.
4. Бураковський І. В. Глобальна фінансова криза: уроки для світу та України / І. В. Бураковський, О. В. Плотніков. – Х. : Фоліо, 2009. – 299 с.
5. Глобалізація світового господарства: геопросторовий вимір : монографія / [О. О. Любівцева та ін.]. – К. : Київ. ун-т, 2010. – 160 с.
6. Основи економічної теорії : підручник / за заг. ред. Л. С. Шевченко. – Х. : Право, 2010. – 448 с.
7. Старостіна А. О. Економіка зарубіжних країн / А. О. Старостіна, А. О. Длігач, Н. В. Богомаз. – К. : Знання, 2009. – 454 с.

**Internet джерела:**

1. INFOTOUR IN.UA
2. www. ekonom.univ. kiev. ua
3. www. etheory.at.ua

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Фізіологія людини

- Статус дисципліни Нормативна (обов'язкова)
- Мова навчання Українська
- Семестр 3-4
- Кредити ЄКТС 4

**Програмні результати навчання:** студент повинен *знати*: особливості становлення фізіології людини як науки; фізіологію м'язового скорочення та його види; закономірності функціонування центральної, вегетативної та вищої нервової діяльності, сенсорних систем; фізіологію ендокринної, кровоносної, дихальної та травної систем, їх функціонування та взаємодія; особливості протікання енергетичного обміну та виділення в організмі людини.

Студент повинен *вміти*: володіти методиками простіших фізіологічних вимірювань, фізіологічних експериментів; застосовувати на лабораторних заняттях теоретичні знання; дотримуватись вимог щодо вузівської системи навчання; самостійно працювати над програмним матеріалом; використовувати фізіологічні характеристики і проби з метою визначення фізичного стану людини, реакції організму на фізичне навантаження.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** МОДУЛЬ I. Фізіологія як наука. Закономірності функціонування нервової та сенсорної систем. *Змістовий модуль 1.* Вступ у фізіологію людини. Фізіологія м'язового скорочення. *Змістовий модуль 2.* Загальна фізіологія центральної нервової системи. Вегетативна нервова система. Фізіологія вищої нервової діяльності та сенсорних систем. МОДУЛЬ II. Фізіологія вісцеральних систем. *Змістовий модуль 3.* Фізіологія ендокринної системи. Фізіологія системи крові та кровообігу. МОДУЛЬ III. Особливості функціонування системи дихання та травлення. *Змістовий модуль 4.* Фізіологія дихання та системи травлення. *Змістовий модуль 5.* Енергетичний обмін. Фізіологія видільних процесів.

- **Вид семестрового контролю:** іспит – 4 семестр

- **Рекомендована література:**

1. Кучеров І. С. Фізіологія людини і тварин: навч. посібник / І. С. Кучеров. – К.: Вища школа, 1991. – 327 с.

2. Плахтій П. Фізіологія людини. Нейрогуморальна регуляція функцій: навч. посібник / П. Плахтій, О. Кучерук. – К.: Професіонал, 2007. – 333 с.

- 3. Філімонов В. І. Фізіологія людини в запитаннях і відповідях: посібник для студ. вищ. мед. навч. закладів / В. І. Філімонов. – Вінниця: Нова книга, 2010. – 455 с.

- 4. Філімонов В. І. Фізіологія людини: Підручник / В. І. Філімонов. – К.: ВСВ «Медицина», 2010. – 776 с.

5. Физиология человека: в 3-х томах. Т. 1. Пер. с англ. / Под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса. – 3-е изд. – М.: Мир, 2005. – 323 с.

- 6. Чайченко Г. М. Фізіологія людини і тварин / Г. М. Чайченко, В. О. Цибенко, В. Д. Сокур; за ред. В. О. Цибенко. – К.: Вища шк., 2003. – 463 с.

▪

- **Internet джерела:**

1. [www.bioweb.lnu.edu.ua](http://www.bioweb.lnu.edu.ua).

2. [www.booksmed.com](http://www.booksmed.com).

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Навчальна дисципліна:** Анатомія людини з основами спортивної морфології.

**Статус дисципліни:** нормативна.

**Мова навчання:** українська.

**Семестр:** I-II.

**Кредити ECTS:** 5 кредитів.

**Автономність і відповідальність, знання, комунікації, уміння:** мати сучасні знання та аналізувати інформацію про будову людського тіла, систем його органів, тканин, клітин, основне анатомічне положення тіла людини та анатомічні орієнтири; диференціювати та ідентифікувати вікові та індивідуальні особливості будови опорно-рухової, травної, дихальної, сечостатевої, кровоносної, лімфатичної, ендокринної та нервової систем; знаходити взаємозалежності будови органів з функціями; орієнтуватися в топографіях та деталях будови органів на анатомічних препаратах; володіти сучасною анатомічною термінологією відповідно до новітньої Міжнародної анатомічної номенклатури (Сан-Пауло, 1997), український стандарт (Київ, 2001);

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

**модуль I. Пасивна частина опорно-рухового апарату людини.**

Змістовий модуль 1. Вступ. Скелет.

**модуль II. Активна частина опорно-рухового апарату людини.**

Змістовий модуль 2. М'язова система.

**модуль III. Вісцеральні системи організму.**

Змістовий модуль 3. Органи травлення, дихання та сечостатевої апарат.

**модуль IV. Захисні системи організму.**

Змістовий модуль 4. Кровоносна, лімфатична і ендокринна системи.

**модуль V. Функціонування нервової системи. Аналізатори. Спортивна морфологія організму людини.**

Змістовий модуль 5. Нервова система. Аналізатори.

Змістовий модуль 6. Адаптація систем організму до фізичних навантажень.

**Вид семестрового контролю:** іспит (II семестр).

**Рекомендована література:**

1. Анатомія людини: у 3 т. Т.1 / [А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін та ін.]. – Вид.3 – Вінниця: Нова Книга, 2013. – 386с.:іл.
2. Анатомія людини. у 3 т. Т.2 / [А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін та ін.]. – Вид.3 – Вінниця: Нова Книга, 2015. – 456с.:іл.
3. Анатомія людини: у 3 т. Т.3 / [А.С. Головацький, В.Г. Черкасов, М.Р. Сапін та ін.]. – Вид.3 – Вінниця: Нова Книга, 2015. – 285с.:іл.
4. О.І. Свірідов Анатомія людини. – К.: Вища школа, 2000г.
5. Коляденко Г.І. Анатомія людини: Підручник. – К.:Либідь, 2001.–384 с
6. Людина: Нач.посіб.з анатомії та фізіології/ Гол.ред.Т.Сміт. – 4-те оновл. вид. – Львів: Бак, 2006.-240с.
7. Людина. – навчальний посібник з анатомії і фізіології. – Львів, 2002р.

## Біомеханіка

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

- **Тип дисципліни:** Нормативна.
  - **Мова навчання:** Українська.
  - **Семестр:** V
  - **Кредити ЄКТС:** 3.
  - **Результати навчання:**
    - **вміти:** аналізувати рухи в усіх великих суглобах тіла людини, особливості роботи скелетних м'язів, які реалізують ці рухи; використовувати теоретичні знання кінетики тіла людини під час навчання фізичним вправам і підвищення ефективності їх впливу на фізичний розвиток школярів; контролювати результати своєї роботи і своєчасно вносити відповідні корективи; самостійно здійснювати пошук оптимальних методик застосування фізичних вправ; підвищувати і удосконалювати професійну майстерність; вести систематичний облік отриманих результатів.
    - **знати:** закономірності будови тіла людини й особливості прояву її рухової функції; особливості роботи скелетних м'язів, які реалізують рухи в усіх великих суглобах; будову, динамічні особливості та характеристики опорно-рухового апарату, кісток і м'язової системи; особливості просторової організації тіла людини.
    - **Модулі навчальної дисципліни:** Загальні основи біомеханіки. Змістовий модуль: Біомеханічні основи внутрішніх і зовнішніх рухів людини.
    - **Методи викладання:** словесні (лекція, розповідь, дискусія, пояснення), методи наочності (демонстрація слайдів, схем, кінограм, відеороликів).
    - **Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, письмове виконання завдань, тестування, поточний тестовий контроль, підсумкові модульні роботи.
    - **Вид семестрового контролю:** іспит.
      - **Рекомендована література:**
1. Ахметов Р. Ф. Основи біомеханіки фізичних вправ : навч. посіб. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2016. – 184 с.
  2. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность. – М.: Наука, 1990. – 392 с.
  3. Біомеханіка спорту / За заг. ред. А.М. Лапутіна. – К.: Олімпійська література, 2001. – 319 с.
  4. Кашуба В.А. Современные методы измерения осанки человека // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Збірник наукових праць / Під ред. С.С. Єрмакова. – Харків, ХДАДМ, 2002. – № 11. – С. 51-56.
  5. Левин В. Человек, разгадавший тайну живого движения // Наука и жизнь. – 2005. – № 10.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Ритміка і хореографія

**Статус дисципліни:** Нормативна.

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 1

**Кредити ЄКТС:** 3

**Програмні результати навчання:**

**знати:** історію виникнення та розвитку танцювального мистецтва; термінологію вправ і вихідних положень; форми, методи та засоби для організації та проведення занять з ритміки і хореографії; основи техніки виконання танцювальних елементів та методику їх викладання; методику проведення уроку фізичної культури з використанням засобів ритмічної гімнастики та хореографії в шкільних та позашкільних закладах навчання.

**вміти:** виконувати поєднання кроків ритмічної гімнастики, танцювальних кроків в темпі, ритмі та характері музичного твору; розробити і виконувати комплекс ритмічної гімнастики для дітей різного віку; використовувати музичний супровід для проведення занять; складати та проводити комплекси ритмічних вправ з предметами та без предметів під музичний супровід; організувати спортивно-масові танцювальні заходи у ДДЗ та ЗОШ.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** Теорія і методика викладання ритміки і хореографії в навчальних закладах. Основи музично-ритмічного та хореографічного виховання та методика організації й проведення занять у ДДЗ та ЗОШ. Зміст та методика організації та проведення занять з ритміки і хореографії у ДДЗ та ЗОШ. Техніка та методика навчання танцювальних елементів. Особливості організації та проведення культурно-спортивних, танцювальних заходів у ДДЗ та ЗОШ.

**Вид семестрового контролю:** залік – 1 семестр

**Рекомендована література:**

1. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях / Л. Бондаренко. – К. : Музична Україна, 1985. – 220 с.
2. Вашкевич Н. Н. История хореографии всех веков и народов / Н. Н. Вашкевич. – СПб. : Лань ; Планета музыки, 2009. – 192 с. – Серия : Мир культуры, истории и философии. – ISBN 978-5-8114-0994-5.
3. Вільчковський Е. Рух і музика. Ігри під музику для дітей старшої та підготовчої до школи груп дитячого садку / Е. Вільчковський. – К. : Музична Україна, 1988. – 37 с.
4. Киселевська С. М. Ритмічна гімнастика : навч. посіб. / С. М. Киселевська. – К. : Принт-Експрес, 2004. – 152 с.
5. Лукьянов В. А. Ритмическая гимнастика в 3–4 классах / В. А. Лукьянов // Физкультура в школе. – 1985. – № 11. – С. 17–18.
6. Ребрина А. Засоби ритміки і хореографії у професійній підготовці майбутнього фахівця / А. А. Ребрина, О. С. Павлюк, Б. М. Ференчук [та ін.] // Проблеми освіти : наук.-метод. зб. – Київ, 2013. – № 76. – С. 29–34.
7. Смаглій Г. А., Маловий Л. В. Основи теорії музики / Г. А. Смаглій, Л. В. Маловий. – Харків : Факт, 2005. – 383 с.
8. Смоленский В. Н. Ритмическая гимнастика в школе: доступно, эффективно, эмоционально / В. Н. Смоленский // Физкультура в школе. – 1985. – № 3. – С. 46–48.

## **Теорія і методика викладання атлетизму**

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Нормативна.

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 5.

**Кредити ЄКТС:** 3.

### **Результати навчання:**

**вміти:** технічно правильно виконувати тренувальні, базові та змагальні вправи і пояснювати змістову, біомеханічну й фазову структуру різних вправ; розробити комплекс атлетичної гімнастики для школярів середнього, старшого віку різної ваги та рівня фізичної підготовленості; організувати навчально-педагогічну роботу з атлетизму в спортивних клубах, школах, ЗОШ, ВНЗ та літніх оздоровчих таборах; виконати інструкторську та суддівську практику, надавати допомогу під час виконання вправ.

▪ **знати:** історію розвитку атлетизму; правила техніки безпеки на заняттях та змаганнях з атлетичної гімнастики; інвентар та обладнання спортивного залу; правила ведення щоденника самоконтролю.

**Модулі навчальної дисципліни:** Атлетизм в системі фізичної і спортивної підготовки. Організація і методика занять та змагань з атлетизму. Організація і проведення змагань з атлетичних видів спорту. Навчальна практика суддівства.

**Методи викладання:** словесні, практичні, наочні методи.

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, тестування, виконання контрольних нормативів.

**Вид семестрового контролю:** екзамен.

### **Рекомендована література:**

1. Айунц Л.Р. Основи атлетизму (сила і грація): Методичні матеріали для самостійної роботи студентів. – Житомир: Вид-во ЖДУ, 2007. – 60 с.
2. Айунц Л.Р. Гімнастика (коротко про головне): Теоретичні матеріали для підготовки студентів. Житомир: Вид-во ЖДУ, 2007. – 49 с.
3. Айунц Л.Р. Основи силової підготовки (механізми м'язового скорочення, загальнорозвиваючі та акробатичні вправи): Методичні матеріали до курсу „Атлетизм з методикою викладання”. – Житомир: Вид-во ЖДУ, 2008. – 51 с.



**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура)

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Теорія і методика викладання гімнастики

**Статус дисципліни:** Нормативна.

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 1-6

**Кредити ЄКТС:** 13,5

**Програмні результати навчання:**

**знати:** правила поведінки та техніку безпеки під час занять з гімнастики; історію виникнення гімнастики, розвиток гімнастики на Україні та його перспективи; зміст та значення гімнастичної термінології; основи техніки гімнастичних вправ; загальнорозвиваючі вправи і вправи на приладах гімнастичного багатоборства; зміст та форми організації проведення занять з гімнастики у школі, види планування, основні документи планування; організацію і проведення змагань, правила та суддівство.

**вміти:** володіти навичками страхування та допомоги під час виконання різноманітних складних координаційних вправ без предметів та на гімнастичних приладах; термінологічно записати загальнорозвиваючі вправи; володіти методикою навчання акробатичних вправ та вправ на приладах; організовувати, змістовно і методично проводити заняття з гімнастики у школі; складати планування навчальних занять; організувати та провести змагання з гімнастики.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** Основи дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики». Вступ до предмету. Основна гімнастика. Стройові вправи. Теорія та методика навчання стройових вправ. Загальнорозвиваючі вправи. Методика проведення загальнорозвиваючих вправ. Гімнастична термінологія. Навчальна практика проведення загальнорозвиваючих та стройових вправ. Вправи на приладах. Техніка виконання та методика навчання вправ на приладах. Методика навчання та техніка виконання вправ на приладах. Навчальна програма складання та проведення комплексів загальнорозвиваючих вправ. Змагання зі спортивною гімнастики. Проведення змагань з гімнастики (Програма групи «Б»)

**Вид семестрового контролю:** залік – 5 семестр, екзамен – 7 семестр.

**Рекомендована література:**

1. Айунц В. І. Основи методики викладання гімнастики : навч.-наоч. посіб. / В. І. Айунц, Д. Р. Мельничук. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. – 103 с.
2. Гимнастика с методикой преподавания (для педучилищ) / под ред. Н. К. Меньшикова. – М. : Просвещение, 1990.
3. Курамшин Ю. Ф. Теория и методика физической культуры / Ю. Ф. Курамшин. – М. : Сов. спорт, 2004. – 463 с.
4. Менхин Ю. В. Физическая подготовка в гимнастике / Ю. В. Менхин. – М. : Фис, 1989.
5. Смолевский В. М. Спортивная гимнастика / В. М. Смолевский, Ю. К. Гавердовский. – К. : Олимпийская лит-ра. – 1999.
6. Стасенко О. А. Самостійна робота з теорії і методики викладання гімнастики / О. А. Стасенко. – Кіровоград, 2013. – 79 с.
7. Худолій О. М. Основи методики викладання гімнастики : навч. посіб. : у 2 т. / О. М. Худолій. – 4-е вид., випр. і доп. – Харків : ОВС, 2008. – Т. 1. – 408 с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Теорія і методика викладання легкої атлетики

**Статус дисципліни:** нормативна.

**Мова навчання:** українська.

**Семестри:** I–VII.

**Кредити ЄКТС:** 15,5.

**Програмні результати навчання:**

**знати:** основи техніки видів легкої атлетики – ходьби, бігу, стрибків і метань, техніку виконання легкоатлетичних видів, та окремих (базових) елементів техніки, методику навчання окремих видів легкої атлетики, організацію та зміст занять легкою атлетикою в школі, методику їх проведення, планування та облік навчальної роботи з навчальної дисципліни «Легка атлетика», методику організації та проведення змагань і масових оздоровчих заходів з легкої атлетики, правила техніки безпеки під час занять та змагань з легкої атлетики.

**вміти:** провести підготовчу частину заняття/уроку відповідно завдань основної частини, навчити основам техніки виконання легкоатлетичних видів, розробити план-конспект та провести урок з легкої атлетики, правильно показувати спеціальні підготовчі та підвідні вправи для різних видів легкої атлетики, розробляти комплекси загально-розвиваючих та спеціальних вправ для навчання різним легкоатлетичним видам.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** Вступ до предмету, історія виникнення легкої атлетики, вивчення техніки бігу, навчання спортивної ходьби, бігу, стрибків, навчання бар'єрного бігу та метань, планування річного циклу тренувального процесу та багаторічної підготовки, організація та проведення змагань з легкої атлетики, методика проведення практичних занять.

**Вид семестрового контролю:** залік – 1, 3, 5 семестри, екзамен – 7 семестр.

**Рекомендована література:**

1. Ахметов Р. Ф. Легка атлетика : підруч. для студ. ВНЗ України / Р. Ф. Ахметов, Г. М. Максименко, Т. Б. Кутек. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – 319 с.
2. Ахметов Р. Ф. Теоретико-методичні основи управління багаторічною підготовкою стрибунів у висоту високого класу : монографія / Р. Ф. Ахметов. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2005. – 284 с.
3. Гойхман П. Н. Лёгкая атлетика в школе / П. Н. Гойхман, О. Н. Трофимов. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 200 с.
4. Державні тести і нормативні оцінки фізичної підготовленості населення України : постанова Каб. Мін. України від 15 січня 1996 р. № 80. – К. – 31 с.
5. Книга тренера по легкой атлетике / под ред. Л. С. Хоменкова. – М., 1987. – 399 с.
6. Лахов В. И. Организация и судейство соревнований по легкой атлетике / В. И. Лахов, В. И. Коваль, В. Л. Сечкин. – М. : Советский спорт, 2004. – 512 с.
7. Озолин Н. Г. Молодому коллеге / Н. Г. Озолин. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 288 с.
8. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
9. Працко Ю. Д. Уроки по легкой атлетике в школе : метод. пособ. / Ю. Д. Працко, А. Д. Семикоб. – Минск : Полымя, 1989. – 147 с.
10. Теорія спорту / под ред. В. Н. Платонова. – К. : Вища школа, 1987. – 424 с.
11. Тер-Ованесян И. А. Подготовка легкоатлета. Современный взгляд / И. А. Тер-Ованесян. – М. : Терра спорт, 2000. – 187 с.
12. Уилмор Дж. Х. Физиология спорта и двигательной активности / Дж. Х. Уилмор, Д. Л. Костилл. – К. : Олимпийская литература, 1997. – 502 с.
13. Учебник тренера по легкой атлетике / под ред. Л. С. Хоменкова. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 279 с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Дисципліна:** Теорія і методика фізичного виховання

**Статус:** нормативна

**Мова навчання:** Українська.

Семестр: 3 - 8.

Кредити ЄКТС: 12 кредитів

Результати навчання:

**Знати:** історію виникнення та розвитку системи фізичного виховання; ефективні засоби, форми і методи фізичного виховання дошкільнят та школярів різного віку; особливості змісту, методик фізичного виховання різних груп населення; контроль і методи організації процесу фізичного виховання, з урахуванням індивідуальних особливостей тих, хто займається; сучасні системи науково-методичних положень, які відображають закономірності фізичного виховання та створюють підґрунтя для подальшого вдосконалення професійної майстерності фахівця; нормативні й інструктивні документи та положення, що регламентують фізичне виховання людей різного віку.

**Вміти:** формувати інтерес у людей різного віку до регулярних занять фізичними вправами; працювати з науково-методичною та спеціальною літературою; розробляти документи планування процесу фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої роботи у різних освітніх закладах; володіти методиками фізичного виховання різних груп населення; дозувати і регулювати фізичні навантаження на заняттях відповідно індивідуальних особливостей, здійснювати педагогічний контроль за фізичним станом тих, хто займається; самостійно здійснювати пошук ефективних методик застосування фізичних вправ; контролювати результати своєї роботи і своєчасно вносити відповідні корективи.

▪ **Модулі навчальної дисципліни:** Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна у системі фізичного виховання. Рухові дії як предмет навчання. Основи методики вдосконалення фізичних якостей. Теоретико-методичні основи фізичного виховання школярів. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей дошкільного віку. Цілеспрямоване формування особистості в процесі фізичного виховання.

▪ **Методи викладання:** словесні, методи наочності.

▪ **Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, письмове виконання завдань, тестування, поточний тестовий контроль, підсумкові модульні роботи.

▪ **Вид семестрового контролю:** залік, іспит, курсова робота.

▪ **Рекомендована література:**

6. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания: Учебник для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта. Т. 1. – К.: Олимпийская литература, 2003.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт. — 1991, с. 542.
8. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1–11 класи. – Київ: Початкова школа, 2002.
9. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Ч. 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
10. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Ч. 2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – 248 с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський).

**Назва навчальної дисципліни:** Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав.

**Статус дисципліни:** нормативна (обов'язкова).

**Мова навчання:** українська.

**Семестр:** 1, 2.

**Кредити ЄКТС:** 3.

**Програмні результати навчання:**

**знати:** методи фізичного виховання, що використовуються в різноманітних формах організації заняття залежно від віку та змісту заняття; педагогічну характеристику рухливих ігор для дітей шкільного віку; методику використання рухливих ігор; класифікацію рухливих ігор; як правильно вибрати рухливу гру залежно від віку і змісту занять; методику проведення рухливих ігор; зміст рухливих ігор для дітей дошкільного і шкільного віку; зміст рухливих ігор, спрямованих на розвиток фізичних якостей; зміст рухливих ігор в урочний і позаурочний час з дітьми різного віку; зміст рухливих ігор у позашкільний час; зміст рухливих ігор у заняттях з видів спорту;

▪ **вміти:** визначити, які методи фізичного виховання використовувати в різноманітних формах організації заняття залежно від віку і змісту заняття; визначити, з якою метою використовується рухлива гра; скласти конспект заняття з рухливих ігор у різних формах його організації.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** Педагогічна характеристика рухливих ігор. Класифікація рухливих ігор, їх характеристика. Методика проведення рухливих ігор у різних формах організації заняття (Методика проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Методика проведення рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку на уроці. Методика проведення рухливих ігор з дітьми середнього і старшого шкільного віку на уроці. Методика проведення рухливих ігор під час позакласної роботи. Методика проведення рухливих ігор у позашкільній роботі з дітьми і підлітками різного віку. Методика проведення рухливих ігор у заняттях спортом).

**Вид семестрового контролю:** іспит – II семестр.

**Рекомендована література:**

9. Васильков Г. А. От игры – к спорту / Г. А. Васильков, В. Г. Васильков. – 2-е изд. – М. : Физкультура и спорт. – 1985. – 160 с.
10. Вільчковський Е. С. Рухливі ігри в дитячому садку / Е. С. Вільчковський. – К. : Рад. школа, 1989. – 173 с.
11. Воловик А. Педагогіка дозвілля : підруч. / А. Воловик, В. Воловик. – Х. : ХДАК, 1999. – 332 с.
12. Демчишин А. А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А. А. Демчишин, В. Н. Мухин, Р. С. Мозола. – К. : Здоров'я. – 1989. – 168 с.
13. Козацькі забави / Завадський В. І., Бичук О. І., Пономаренко Л. І. [та ін.]. – Луцьк : Надстир'я. – 1994. – 107 с.
14. Коротков И. М. Подвижные игры во дворе / И. М. Коротков. – М. : Физкультура и спорт. – 1987. – 96 с. – (Серия : Физкультура и спорт.)
15. Ламкова О. І. 250 рухливих ігор та естафет для школярів / О. І. Ламкова, С. В. Дорофєєва. – Х. : Веста ; Ранок, 2005. – 128 с.
16. Рухливі ігри : навч.-метод. посіб. / В. М. Войнов, Г. П. Бабаченко, Р. Є. Бондар [та ін.]. – Черкаси. – 2000.
17. Рухливі, спортивні ігри в школі / А. А. Демчишин, В. М. Артюх, В. А. Демчишин [та ін.]. – К. : Освіта. – 1992. – 173 с.

▪

## Теорія і методика викладання спортивних ігор

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Нормативна.

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

**Кредити ЄКТС:** 14.

**Результати навчання:**

**вміти:** організувати навчально-спортивну роботу з ігрових видів спорту (баскетбол, волейбол, футбол, гандбол) з дітьми різного віку в умовах загальноосвітньої школи, ДЮСШ та літнього оздоровчого табору; використовувати різні методики навчання і вдосконалення технічних та тактичних елементів даних видів спортивних ігор; правильно організувати змагання, заповнювати документацію та володіти навичками суддівства у кожному виді спортивних ігор.

**знати:** історію розвитку та сучасного стану спортивних ігор в Україні та в світі; основну термінологію спортивних ігор; офіційні правила; засоби і методи навчання та удосконалення техніки і тактики кожного виду спортивних ігор; особливості викладання спортивних ігор в загальноосвітніх школах та секціях; засоби запобігання травматизму на заняттях.

**Модулі навчальної дисципліни:** Баскетбол як навчальна дисципліна та його місце в системі фізичного виховання. Технічна підготовка баскетболіста. Тактична підготовка баскетболіста. Загальна та спеціальна фізична підготовка в баскетболі. Методика навчання і організація навчально – тренувального процесу у ЗОШ, ДЮСШ та літніх оздоровчих таборах. Зміст та методика організації і проведення спортивних змагань з баскетболу. Історія виникнення і розвитку гри волейбол. Техніка і тактика гри у волейбол. Методика навчання і організація навчально-тренувального процесу у волейболі. Організація і проведення змагань з волейболу. Футбол як навчальна дисципліна та його місце в системі фізичного виховання. Технічна підготовка футболіста. Тактична підготовка футболіста. Загальна та спеціальна фізична підготовка в футболі. Методика навчання і організація навчально – тренувального процесу з футболу у ЗОШ, ДЮСШ та літніх оздоровчих таборах. Зміст та методика організації і проведення спортивних змагань з футболу. Історія виникнення і розвитку гандболу. Техніка і тактика гри у гандбол. Методика навчання і організація навчально-тренувального процесу у гандболі. Організація і проведення змагань з гандболу.

**Методи викладання:** словесні (лекція, розповідь, опис, пояснення, інструкції та вказівки), практичні (метод навчання рухових дій, ігровий метод, змагальний метод), наочні методи (демонстрування слайдів, ігрових вправ).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, комп'ютерне тестування, практичні контрольні нормативи, аудиторні модульні контрольні роботи.

**Вид семестрового контролю:** залік, іспит.

**Рекомендована література:**

1. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. — М.: Издательский центр Академия, 2002. — 520 с.
2. Поплавський Л.Ю. Баскетбол. — К.: Олімпійська література, 2004. — 447 с.
3. Воробьев Н. П. Спортивные игры: Учебник для студентов факультетов физического воспитания педагогических институтов. — М.: Просвещение, 1973. — 335 с.
4. Айриянц А. Г. Волейбол: Учебник для институтов физической культуры. — М.: ФиС, 1976. — 230 с.
5. Гриндлер К., Пальке Х., Хеммс Х. Техническая и тактическая подготовка футболистов. — М.: Физкультура и спорт, 1976. — 256 с.
6. Игнатьева В.Я. Гандбол: учебник / В.Я. Игнатьева. — М.: Физическая культура, 2008. — 384 с.

## Гігієна

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна (самостійного вибору університету).

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 6.

**Кредити ЄКТС:** 3.

**Програмні результати навчання:**

**знати:** основні поняття теми; предмет, зміст, методи дослідження гігієни; закономірності впливу факторів навколишнього середовища на здоров'я людини; основні санітарно-гігієнічні заходи щодо попередження розвитку захворювань людини; питання особистої гігієни, загартовування, харчування, гігієни одягу та взуття; гігієнічні принципи навчально-тренувального процесу; вимоги до занять, місць проведення фізкультурно-спортивної діяльності, спортивних споруд та інвентарю.

**вміти:** оцінювати фактори, що впливають на працездатність і стан здоров'я людини; прогнозувати наслідки впливу факторів зовнішнього середовища на людину на основі отриманих теоретичних знань; давати рекомендації щодо проведення профілактичних заходів попередження захворювань людини; користуватися знаннями про гігієнічні норми і правила у повсякденному житті; використовувати знання з гігієни при дозуванні фізичних навантажень під час тренувальних занять; робити гігієнічну оцінку місць проведення, умов занять з фізичної культури і спорту, спортивного інвентарю та обладнання.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** Модуль I. Предмет і завдання гігієни, гігієна навколишнього середовища. Змістовий модуль 1. Гігієна як наукова дисципліна. Змістовий модуль 2. Гігієна навколишнього середовища. Модуль II. гігієна режиму спортсмена. Змістовий модуль 3. Особиста гігієна спортсмена. Змістовий модуль 4. Гігієна харчування. Змістовий модуль 5. Гігієна відновлення працездатності. Модуль III. гігієна фізичної культури школяра. Змістовий модуль 6. Основні закономірності росту та розвитку дітей та підлітків. Змістовий модуль 7. Гігієнічні основи фізичного виховання школярів. Змістовий модуль 8. Гігієнічні основи харчування школярів. Змістовий модуль 9. Гігієна загартовування.

**Методи викладання:** Словесні (лекція, розповідь-пояснення, занотовування, робота з літературою, інструктаж, бесіда). Наочні (презентація, фотослайди, перегляд фрагменту відео-стрічки). Практичні (лабораторні роботи, теоретичне осмислення матеріалу, показ викладача). Пошуково-дослідницькі методи (робота по виконанню завдань дослідницького характеру). Метод самореалізації (підготовка проєктів, виступи). Метод комплексного підходу до освіти і виховання (єдність етичного, екологічного, естетичного виховання).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** комп'ютерне тестування; тестування на паперовому носії; опитування за темою заняття; розв'язування ситуаційних задач; проведення лабораторних досліджень і трактування їх результатів; контроль практичних навичок.

**Вид семестрового контролю:** екзамен.

**Рекомендована література:**

1. В. І. Антонік. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури : навч. посіб. / В. І. Антонік. К. : Професіонал : Центр учб. л-ри, 2009. – 335 с.
2. В. Я. Белий. Питання медицини й гігієни в курсі біології / В. Я. Белий. Х. : Основа, 2008. – 109 с.
3. Г. Б. Хотяновой. Врачебный контроль : учебник / Г. Б. Хотяновой. М., 1965. – С. 225-231.
4. І. І. Даценко. Гігієна і екологія людини : навч. посіб. / І. І. Даценко. Л. : Афіша, 2000. – 248 с.
5. Н. І. Коцур. Основи педіатрії і гігієни дітей раннього та дошкільного віку : навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл./ Н. І. Коцур. Переяслав-Хмельниць. ; Чернівці : Книги-XXI, 2004. – 575 с.
6. С. П. Зільман. Гігієнічне виховання учнів : посіб. для вчителів / С. П. Зільман. Київ : Рад. шк., 1988. – 126 с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Назва навчальної дисципліни:** Психологія

**Статус дисципліни:** Варіативна (за вибором університету)

**Мова навчання:** Українська

**Семестр:** 1

**Кредити ЄКТС:** 5

**Програмні результати навчання:** Студенти повинні:

**знати :**

- предмет, об'єкт, місце, значення загальної психології в системі наукового психологічного знання, її структуру й основні завдання; принципи, методи психологічної науки, її основні напрями;
- сутність, структуру, закономірності формування провідних компонентів діяльності людини, її основні види; сутність поняття особистості, підходи до її структури, розвитку та формування, механізми психологічного захисту особистості;
- закономірності виникнення, функціонування й розвитку пізнавальної та емоційно-вольової сфер людини; індивідуально-психологічні властивості особистості;
- етичні норми та правила проведення психологічного дослідження.

**вміти:**

- порівнювати психічні процеси, стани та властивості;
- здійснювати психологічну характеристику особистості;
- планувати, організовувати, проводити психологічне дослідження пізнавальної й особистісної сфер особистості, а також міжособистісних стосунків у групах і колективах; здійснювати аналіз та узагальнення інформації, інтерпретувати отримані дані, забезпечувати формування висновків і пропозицій.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

**Змістовний модуль I. Вступ до психології.** Предмет психології. Історія психологічних учень. Будова, завдання та методи сучасної психології. Розвиток психіки у філогенезі.

**Змістовний модуль II. Особистість у діяльності та спілкуванні.** Діяльність. Спілкування. Міжособистісні стосунки в групах і колективах. Особистість.

**Змістовний модуль III. Пізнавальна та емоційно-вольова сфери особистості.** Увага. Відчуття та сприймання. Пам'ять. Мислення. Уява. Почуття. Воля.

**Змістовний модуль IV. Індивідуально-психологічні властивості особистості.** Темперамент. Характер. Здібності.

**Вид семестрового контролю:** іспит - 1 семестр

**Рекомендована література:**

1. Максименко С.Д. Загальна психологія: навч. посіб. / С.Д. Максименко. – К.: Центр учбової літератури, 2010. – 288 с.
2. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: навч. посіб. / П.А. М'ясоїд. – К.: Вища школа, 2000. – 479 с.
3. Основи психології / [за заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця]. – К.: Либідь, 1997. – 384 с.
4. Пашукова Т.І. Практикум із загальної психології / Т.І Пашукова, А.І. Допіра, Г.В. Дьяконов. – К.: Знання, 2000. – 204 с.
5. Психологія: підруч. / [за ред. Ю.Л. Трофімова]. – К.: Либідь, 2008. – 560 с.

**Internet джерела:**

1. [www.nbu.gov.ua](http://www.nbu.gov.ua)
2. [www.psylist.net](http://www.psylist.net)

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна (самостійного вибору університету).

**Дисципліна:** Перша долікарська допомога

**Мова навчання:** Українська.

Семестр: I

Кредити ЄКТС: 3 кредити

**Результати навчання:**

**знати:** основні принципи ПДД; поняття про травму та її класифікацію; переломи й вивихи: симптоми, перша допомога на місці події; види й причини переломів, можливі ускладнення; транспортна іммобілізація стандартними й імпровізованими шинами, пов'язками; види зовнішньої кровотечі; накладення асептичної пов'язки у сполученні з піднесеним положенням при венозній кровотечі; пальцеве притиснення артерій при їхньому ушкодженні до підлягаючої кістки; максимальне згинання в суглобах ушкодженої кістки; закручення; основні види поранень; особливості поранень м'яких тканин голови, пошкодження головного мозку, шиї, грудної клітини, серця, живота, хребта; перша допомога при них; види пов'язок і правила накладення на голову і грудну клітину; основні види пов'язок на живіт, паху, пальцях, кисті; основні види пов'язок на проміжності та нижніх кінцівках; реаніматологія: основні поняття; шок: класифікація, симптоми; реанімаційні заходи на місці випадку; основні види гострих захворювань і правила та порядок надання долікарської домедичної допомоги; основні види отруєнь та принципи першої допомоги; прийоми надання першої медичної допомоги при невідкладних станах та нещасних випадках.

**вміти:** надати першу невідкладну допомогу при непритомності потерпілого, нападу бронхіальної астми, гострої судинної недостатності, гіпертонічного кризу, нападу стенокардії, «гострого живота», епілептичного припадку, гострих отруєнь, алергічних реакцій, при закритих і відкритих ушкодженнях, при травматичному шоку, при опіках і відмороженнях, при влученні стороннього предмета в око, вухо, горло й ніс тощо; проводити непрямий масаж серця; проводити штучну вентиляцію легенів; накладати бинтові пов'язки на різні ділянки тіла; накладати імпровізовані шини; забезпечити іммобілізацію при ушкодженнях кісток таза й хребта; забезпечувати безпечну доставку хворого й потерпілого в лікувальну установу.

▪ **Модулі навчальної дисципліни:** Модуль 1. Вступ до першої долікарської допомоги.. Основні принципи першої долікарської допомоги при термінальних станах.

▪ Змістовий модуль 1. Поняття ПДД, «Ланцюг виживання» та його ланки, реаніматологія. Змістовий модуль 2. Основні принципи і способи надання першої долікарської допомоги – потерпілий без ознак життя. Модуль 2. Основні принципи надання першої долікарської допомоги при невідкладних станах.

▪ Змістовий модуль 3. Основні принципи і способи надання першої долікарської допомоги при невідкладних станах: гіпотермія, тепловий удар, шок тощо. Змістовий модуль 4. Гострі стани при захворюваннях дихальної системи і системи кровообігу. Основні принципи і способи надання першої долікарської допомоги. Змістовий модуль 5. Поранення і травми. Перша долікарська допомога. Змістовий модуль 6. Отруєння. Перша долікарська допомога. Модуль 3. Едукація безпеки. Змістовий модуль 7. Безпека життєдіяльності в надзвичайних ситуаціях.

▪ **Методи викладання:** словесні, методи наочності, методи термінової інформації.

▪ **Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, письмове виконання завдань, тестування, поточний тестовий контроль, підсумкові модульні роботи.

▪ **Вид семестрового контролю:** залік.

**Рекомендована література:**

1. Буянов В.М., Нестеренко Ю.А. Первая медицинская помощь. Учебник для учащихся мед. училищ и колледжей. – М. : Медицина, 2000.

2. Гишак Т.В., Долинна О.В. Основи медичних знань та медицини ката-строф: Навчальний посібник. – Київ: ПАЛИВОДА А.В., 2003. – 140 с.

3. Западнюк Б.В., Крейдич С.А. Невідкладна медична допомога: Посібник. – К.: Київський нац. ун-т внутр. справ, 2006.

4. Кучмістова О.Ф. Перша долікарська допомога з основами анатомії та фізіології людини : Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл./ О. Ф. Кучмістова, А. П. Строкань; Київ. нац. ун-т технологій та дизайну. – К.: КНУТД, 2005. – 169 с.



**Спортивно-педагогічне вдосконалення за різними видами спорту (легка атлетика, туризм, дзюдо, волейбол, баскетбол, футбол, плавання, атлетизм, спортивна аеробіка).**

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна.

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** I - VIII.

**Кредити ЄКТС:** 5.

**Результати навчання:**

**вміти:** планувати роботу спортивно-педагогічного напрямку; організовувати змагання та тренувальну діяльність; підбирати методи та засоби для вдосконалення спортивної підготовки спортсменів з видів спорту; підбирати методи для розвитку та удосконалення фізичних якостей спортсменів; організовувати та проводити змагання з видів спорту.

**Знати:** правила змагань з дзюдо; види систем жеребкування спортсменів; теоретичні особливості спортивної підготовки дзюдоїстів.

**Модулі навчальної дисципліни:** Введення в предмет СПВ. Міжнародна федерація дзюдо. Гігієна та правила етикету в дзюдо. Класифікація дзюдо. Правила дзюдо, легкої атлетики, спортивної аеробіки, туризму, волейболу, баскетболу, плавання, футболу, атлетизму. Організація та проведення спортивних змагань з видів спорту. Введення в предмет СПВ (баскетбол). Системи змагань в баскетболі. Методика організації тренувальної діяльності у баскетболі. Особливості розвитку фізичних якостей під час занять різними видами спорту. Навантаження в баскетболі та діяльність тренера. Особливості спортивної роботи з баскетболу в різних закладах та організаціях. Побудова системи багаторічної підготовки гравців (футболістів). Особливості підготовки гравців різної кваліфікації (волейболістів).

**Методи викладання:** словесні (лекція, розповідь, дискусія, пояснення), практичні (індивідуальні завдання), наочні методи (ілюстрування зразків, демонстрування слайдів).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, тестування, захист курсових робіт.

**Вид семестрового контролю:** залік, екзамен.

**Рекомендована література:**

1. Адам М. Удосконалювання системи підготовки борців початківців.-М.: Фізкультура і спорт, 1976. – С. 32-36.
2. Бабушкин Г.Д., Двоглазов А.Н. Управление формированием профессиональных умений у студентов физкультурного вуза в условиях спортивно-педагогической деятельности // Теория и практика физической культуры. 1994. – № 3-4. – С. 11-13.
3. Булгакова Н.Ж. Плавание. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 288 с.
4. Парфенов В.А. Плавание. - К.: «Вища школа», 1978. – 288 с.

## **Вступ до спеціальності та сучасні педагогічні технології в системі фізичного виховання**

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна (самостійного вибору університету).

**Мова навчання** Українська

**Семестр** 1-2

**Кредити ЄКТС** 3

**Програмні результати навчання:** Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

*знати:* найважливіші питання галузі фізичної культури і спорту: соціальні функції фізичної культури і спорту; зміст професійної діяльності в галузі фізичної культури; методика опрацювання різноманітної інформації; Особливості розробки та використання сучасних організаційно-педагогічних технологій, які використовуються в системі шкільного фізичного виховання; сучасні підходи до розробки організаційно-педагогічних технологій; методологічні основи щодо розробки організаційно-педагогічних технологій.

*вміти:* застосовувати необхідні знання у своїй професійній діяльності галузі фізичної культури і спорту. Розробляти та використовувати сучасні організаційно-педагогічні технології, які використовуються в системі шкільного фізичного виховання; розробляти технологічні карти та використовувати їх в навчально-виховному процесі.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

Модуль I Фізична культура як суспільне явище та галузь діяльності. Фізична культура як суспільне явище та галузь діяльності. Галузева термінологія. Історія міжнародного спортивного та олімпійського руху. Модуль II Професійна діяльність. Система вищої освіти та кадрове забезпечення галузі фізичної культури і спорту. Програмно-нормативні засади розвитку галузі фізичної культури. Професійна діяльність у галузі фізичної культури. Система вищої освіти та кадрове забезпечення галузі. Модуль III. Сучасні педагогічні технології які використовуються в системі загальної середньої освіти. Поняття педагогічної технології. Аналіз сучасних педагогічних технологій, які використовуються у сфері шкільного фізичного виховання. Роль та місце здоров'язберігаючих, фізкультурно-оздоровчих та інформаційних технологій. Модуль IV. Педагогічні технології формування фізичної культури особистості учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Роль сучасної системи шкільного фізичного виховання у формуванні фізичної культури особистості учнів. Особливості розробки та впровадження організаційно педагогічних технологій формування фізичної культури особистості учнів.

**Вид семестрового контролю:** іспит – 1 семестр, залік – 2 семестр

**Рекомендована література**

1. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі "фізичне виховання і спорт": Навчальний посібник. –Львів:Українські технології, 2002. –232с.
2. Закон України "Про фізичну культуру і спорт".-К.,1994.-22с.
3. Круцевич Т.Ю. Наукові основи фізичного виховання. –К.: Олімпійська література, 2001.
4. Булгаков. Сучасні педагогічні технології в системі шкільного фізичного виховання / О. І. Булгаков // Науково-методичний посібник. Вінниця 2011. Вид. «Діло» 112 с.
5. Захожий Л. Методика формування готовності старшокласників до самостійних занять фізичними вправами / Л. Захожий // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я: збірник наукових праць. – 2010. - №2. – С. 33-37
6. Колеченко А.К. Энциклопедия педагогических технологий: пособие для преподавателей. – СПб.: КАРО,2004. – 368с.

## **Фізіологічні основи фізичного виховання і спорту**

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна (самостійного вибору університету).

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 5.

**Кредити ЄКТС:** 4.

### **Програмні результати навчання:**

**знати:** методи дослідження, які використовуються в фізіології спорту; показники фізичного стану тренуваного організму в стані спокою, під час стандартних та граничних навантажень; фізіологічну класифікацію фізичних вправ і видів спорту; основні фізіологічні стани, які виникають під час занять фізичними вправами; методи оцінки фізичної працездатності під час занять спортом; механізми втоми і відновлення під час занять фізичними вправами і спортом.

**вміти:** застосовувати у своїй майбутній практичній діяльності отримані знання для правильного планування уроків фізичної культури і тренувальних занять; здійснювати фізіологічний контроль за функціональним станом дітей, які займаються фізичною культурою та спортом; вимірювати артеріальний тиск, частоту серцевих скорочень, життєву ємність легень, хвилинний об'єм дихання, розраховувати максимальне споживання кисню, а також інші функціональні стани; користуватися науково-методичною літературою, яка висвітлює питання фізіології спорту; правильно оцінювати одержані під час фізіологічного контролю результати.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** Модуль 1. Фізіологія руху. Змістовий модуль 1. Вступ до предмету. Змістовий модуль 2. Серцево-судинна система у спортивній діяльності. Модуль 2. Вплив чинників навколишнього середовища на м'язову діяльність. Змістовий модуль 3. Дія чинників навколишнього середовища на м'язи.

**Методи викладання:** Словесні (лекція, розповідь-пояснення, занотовування, робота з літературою, інструктаж, бесіда). Наочні (презентація, фотослайди, перегляд фрагменту відео-стрічки). Практичні (лабораторні роботи, теоретичне осмислення матеріалу, показ викладача). Пошуково-дослідницькі методи (робота по виконанню завдань дослідницького характеру). Метод самореалізації (підготовка проєктів, виступи). Метод комплексного підходу до освіти і виховання (єдність етичного, екологічного, естетичного виховання).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** комп'ютерне тестування; тестування на паперовому носії; опитування за темою заняття; розв'язування ситуаційних задач; проведення лабораторних досліджень і трактування їх результатів; контроль практичних навичок.

**Вид семестрового контролю:** екзамен.

### **Рекомендована література:**

7. Дж. Х. Вілмор. Фізіологія спорту : підручник / Дж. Х. Вілмор. Київ : Олімп. л-ра, 2003. - 656 с.
8. В. А. Друзь. Спортивная тренировка и организм : учеб. Пособие / В. А. Друзь. Киев : Здоров'я, 1980. – 128 с.
9. І. І. Земцова. Спортивна фізіологія : навч. посіб. / І. І. Земцова. Київ : Олімп. л-ра, 2008. - 208 с.
10. М. И. Калинин. Рациональное питание спортсменов : науч.-попул. Пособие / М. И. Калинин. Киев : Здоров'я, 1985. - 128 с.
11. В. М. Мухін. Фізична реабілітація : підручник / В. М. Мухін. Київ : Олімп. л-ра, 2000. – 424 с.
12. Е. Талага. Энциклопедия физических упражнений : науч. Пособие / Е. Талага. М. : Физкультура и спорт, 1998. - 412 с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський).

**Назва навчальної дисципліни:** Теорія і методика викладання лижного спорту.

**Статус дисципліни:** нормативна (обов'язкова).

**Мова навчання:** українська.

**Семестр:** 4.

**Кредити ЄКТС:** 4.

**Програмні результати навчання:**

**знати:** теоретичний матеріал курсу; основи техніки пересування на лижах; якісні та кількісні характеристики техніки; методи, засоби і прийоми, що використовуються під час занять; основні принципи навчально-тренувальної роботи; правила організації та проведення змагань з лижних гонок; перелік вимог до лижного спорядження; вимоги до одягу під час змагань та після їх завершення; основи змащування лиж; вимоги до техніки безпеки під час занять; умови суддівства змагань; правила організації та проведення зимових походів з учнівською та студенткою молоддю; вимоги до гігієни лижниць;

▪ **вміти:** дати письмову або усну відповідь на питання про техніку, методику і засоби, що використовуються під час вивчення окремих способів пересування на лижах; обирати, готувати місця та інвентар для безпечного проведення занять; проводити заняття з лижної підготовки; виявляти та виправляти помилки в техніці способів на лижах; організувати і проводити змагання з лижних гонок; складати конспекти навчальних та навчально-тренувальних занять з лижної підготовки; користуватись графіками планування навчального матеріалу з лижної підготовки; організувати страхування і самострахування, надавати невідкладну допомогу в умовах занять на лижах та змаганнях.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** місце та значення лижного спорту в національній системі фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді України; історичний огляд розвитку лижного спорту в Україні; класифікація техніки лижного спорту; матеріально-технічне забезпечення навчального процесу з лижної підготовки; загальні основи техніки пересування на лижах; загальнорозвиваючі та спеціальні вправи; технічна підготовленість лижника; загальні основи методики навчання з лижного спорту; методика навчання техніки пересування на лижах, удосконалення техніки.

**Вид семестрового контролю:** залік – IV семестр.

**Рекомендована література:**

18. Антонова О. Н. Лыжная подготовка: Методика преподавания : учеб. пособ. для студ. сред. пед. учеб. заведений / О. Н. Антонова, В. С. Кузнецов. – М., 1999. – 208 с.
19. Бутин И. М. Лыжный спорт / И. М. Бутин. – М. : Просвещение, 1988. – 192 с.
20. Лыжный спорт / под общ. ред. Б. И. Бергмана. – М. : Физкультура и спорт, 1965. – 464 с.
21. Лыжный спорт : учеб. для средних физкультурных заведений / под общ. ред. Э. М. Матвеева. – М. : Физкультура и спорт, 1975. – 281 с.
22. Лыжный спорт : учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. М. А. Аграновского. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 365 с.
23. Лыжный спорт : учеб. для ин-тов и техн. физ. культ. / под ред. В. Д. Евстратова [и др.] – М. : Физкультура и спорт, 1989. – 319 с.
24. Тимошенко Б. М. Лыжный спорт / Б. М. Тимошенко. – Кам'янець-Подільський, 2006. – 280 с.
25. Фомин С. К. Лыжный спорт / С. К. Фомин. – К. : Рад. шк., 1988. – 174 с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Лікувальна фізична культура і масаж

**Статус дисципліни** варіативна (за вибором університету)

**Мова навчання** Українська

**Семестр** 7-8

**Кредити ЄКТС** 5

**Програмні результати навчання:** студент повинен *знати*: суть патологічних змін, які виникли при захворюваннях і пошкодженнях органів та систем органів людини; механізм лікувальної дії фізичних вправ; показання та протипоказання до використання лікувальної фізичної культури; основи організації лікувальної фізичної культури; фізіологічну дію масажу та його прийомів на тканини, органи та організм людини; загальні методичні вказівки до проведення масажу; види, форми і техніки проведення прийомів класичного масажу; особливості та принципи спортивного і косметичного масажу; особливості проведення самомасажу; показання і протипоказання до проведення масажу; гігієнічні основи проведення процедури масажу; гігієнічні вимоги до пацієнта та до масажиста; основні принципи масажу. Студент повинен *вміти*: у відповідності до призначень лікаря підібрати найбільш ефективні та адекватні фізичні вправи; визначати дозування фізичних навантажень і складати відповідні комплекси лікувальної гімнастики; самостійно проводити індивідуальні і групові заняття лікувальної гімнастики; оцінювати дію занять з лікувальної фізичної культури на хворих і визначити їх ефективність. володіти способами і прийомами обстеження різних ділянок тіла перед проведенням процедури. Володіти видами і методиками проведення основних прийомів класичного масажу; застосовувати техніку основних і допоміжних прийомів масажу; вміти проводити сеанс загального масажу та масажу окремих частин тіла, дотримуючись відведеного належного масажного часу; володіти практичними прийомами і технікою апаратного масажу; проводити самомасаж різних частин тіла.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** *Модуль 1.* Лікувальна фізична культура (ЛФК) при пошкодженнях опорно-рухового апарату. *Змістовий модуль 1.* Лікувальна фізична культура як наука. *Змістовий модуль 2.* ЛФК при переломах та пошкодженнях кісток, дефектах постави. *Модуль 2.* ЛФК при захворюваннях вісцеральних систем організму. *Змістовий модуль 3.* ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи. *Змістовий модуль 4.* ЛФК при захворюваннях дихальної, травної та ендокринної систем. *Модуль 3.* ЛФК при захворюваннях сечовидільної, статевої та нервової систем. Особливості проведення ЛФК у різному віці. *Змістовий модуль 5.* ЛФК при захворюваннях сечовидільної, статевої та нервової систем. *Змістовий модуль 6.* ЛФК в похилому віці та спеціальних медичних групах. *Модуль 4.* Загальні питання масажу. Фізіологічні основи масажу. Методика і техніка масажу. *Змістовий модуль 7.* Загальні питання масажу. Фізіологічні основи масажу. Методика і техніка масажу. *Модуль 5.* Масаж окремих частин тіла. Спортивний масаж. *Змістовий модуль 8.* Масаж окремих частин тіла. Спортивний масаж.

**Вид семестрового контролю:** залік – 7 семестр, залік – 8 семестр

**Рекомендована література:**

- 1. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина: учебник / В. А. Епифанов. – М.: Медицина, 1999. – 304 с.
- 2. Лечебная физкультура и врачебный контроль: учебник / Под ред. В. А. Епифанова, Г. Л. Апанасенко. – М.: Медицина, 1990. – 368 с.
- 3. Лечебная физическая культура: справочник / Под ред. В. А. Епифанова. – М.: Медицина, 1987. – 528 с.
- 4. Фонарев М. И. Лечебная физическая культура при детских заболеваниях / М. И. Фонарев, Т. А. Фонарева. – Л.: Медицина, 1981. – 279 с.
- 5. Фокин В. Н. Полный курс массажа: Учеб. пособие. — М.: ФАИР-ПРЕСС, 2004. — 512 с.

**Internet джерела:**

1. [www.emed.org.ua](http://www.emed.org.ua)
2. <http://library.iapm.edu.ua/metod/1936.pdf>

## **Теорія і методика викладання плавання та водне рятувальництво у спорті**

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Нормативна.

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 3-6.

**Кредити ЄКТС:** 6,5.

**Результати навчання:**

**вміти:** організувати навчально-виховну, навчально-спортивну роботу з дітьми різного віку в умовах загальноосвітньої школи, дитячого дошкільного закладу, ДЮСШ, літнього оздоровчого табору; показувати підготовчі, підвідні, спеціальні вправи на воді; розробляти комплекси загально-розвиваючих та спеціальних вправ на суші для навчання плавання; правильно кидати рятувальне колесо та користуватися рятувальним жилетом; поводитися з потопаючим у воді; показати, як звільнитися у воді від трьох захоплень потопаючого, як тягнути трьома способами непритомного у воді; передній та задній підходи до потопаючого, над і під водою; робити штучне дихання, як приводити до притомності та викликати кровообіг.

**знати:** історію розвитку плавання; загальні основи техніки спортивного плавання; загальні поняття про фізичну підготовку плавців; основи навчання і тренування у спортивному плаванні; організацію навчально-тренувальної роботи в ДЮСШ; організацію занять з плавання в школі та в оздоровчому таборі; правила змагань з плавання та особливості їх проведення; правила порятунку на воді.

**Модулі навчальної дисципліни:** Кроль на грудях. Кроль на спині. Батерфляй. Брас. Водне рятувальництво.

**Методи викладання:** словесні (лекція, розповідь, дискусія, пояснення), практичні (практичні заняття, індивідуальні завдання), наочні методи (ілюстрування зразків, демонстрування слайдів).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, тестування, здача поточних нормативів.

**Вид семестрового контролю:** екзамен, залік.

**Рекомендована література:**

1. Биканов С.Р. Плавання в школі: навчально-методичний посібник для вчителів фіз.культ. загальноосв. шкіл.- Вінниця: обл.ін-т.післядипл.освіти педагогіч.працівників, ВДПІ, 1996. – 102 с.
2. Васильєв В.С. Обучение детей плаванию. – М.: ФиС, 1989. – 96 с.
3. Ганчар И.Л. Плавание: теория и методика преподавания. – Одесса.: Друк, 1996, – 84 с.
4. Ганчар И.Л. Методика преподавания плавання: технологии обучения и совершенствования. – Ч.П.: Учебник. – Одесса.: Друк, 2006. – 696 с.
5. Глазирін І. Д. Плавання: Навч. посібник. – К.: Кондор, 2006.- 502 с.
6. Грибан Г.П. Плавання. Прикладні аспекти. Навч.-метод. Посіб. – Житомир: Вид-во "Рута", 2009. – 157 с.
7. Крук М.З., Биканов С.Р., Крук А.З. Теорія і методика викладання плавання: Навчально-методичні матеріали для студентів факультету фізичного виховання і спорту. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – 108 с.
8. Литовченко Г. О. Плавання: навч. посібник. Для студентів педагогічних вузів спеціальності 7.010103 – фізична культура – Чернігів, 2005. – 123 с.
9. Литовченко Г. О., Ткач Н. М., Ткач Е. М. Навчання плаванню: метод посібник.– Чернігів: ЧДПУ ім. Т. Шевченка, 2004. – 97 с.
10. Правила змагань з плавання. – Фіна, 2009 – 2013 рр.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський)

**Назва навчальної дисципліни:** Організація і методика оздоровчої фізичної культури **Статус дисципліни:** варіативна (самостійного вибору університета)

**Мова навчання** Українська

**Семестр** 7-8

**Кредити ЄКТС** 5,5

**Програмні результати навчання:** Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

*знати:* теоретичні основи використання засобів фізичного виховання для гармонійного розвитку людини, зміцнення здоров'я, раціональної організації вільного часу.

*вміти:* використовувати традиційні і нетрадиційні засоби фізичної культури для оздоровлення різних верств населення і різного рівня фізичної підготовленості та застосовувати необхідні знання у своїй професійній діяльності у сфері фізичної культури і спорту.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:**

Модуль I Загальні основи оздоровчої фізичної культури

Змістовний модуль 1 Введення в організацію та методику оздоровчої фізичної культури.

Змістовний модуль 2. Соціально-психологічні основи оздоровчої фізичної культури.

Змістовний модуль 3. Загальні основи формування здорового способу життя

Модуль II Види та програмування ФОЗ

Змістовний модуль 4. Види та основи програмування ФОЗ.

Змістовний модуль 5. Програмування ФОЗ з дитячим контингентом.

Модуль III Організація і методика оздоровчої фізичної культури з дошкільнятами

Змістовний модуль 6. Особливості використання фізичних вправ в оздоровчій фізичній культурі.

Змістовний модуль 7. Особливості методики ФОЗ з дітьми дошкільного віку.

Змістовний модуль 8. Фізичне виховання дитини в сім'ї.

Модуль IV Організація і методика оздоровчої фізичної культури зі школярами

Змістовний модуль 9. Особливості методики ФОЗ з дітьми та підлітками.

Змістовний модуль 10. Методика ФОЗ з ослабленими дітьми.

Змістовний модуль 11. Організація та методика проведення масових спортивних заходів.

Змістовний модуль 12 Рекреаційно-оздоровча робота в літніх таборах.

**Вид семестрового контролю:** залік – 8 семестр

Рекомендована література

1. Апанасенко Г.Л., Попова Л.В. Медицинская валеология. – К.: Здоровья, 1998. – 242с.
2. Давиденко О.В., Семененко В.П., Фандікова Л.О. Основи програмування фізкультурно-оздоровчих занять з дитячим контингентом. –Тернопіль: Астон, 2003 –144с.
3. Иващенко Л.Я., Круцевич Т.Ю. Практикум по методике ФОР для студентов III курса /методическое пособие/. Киев: КГИФК, 1992.
4. Крусева Т.О. Справочник инструктора по физической культуре в детских дошкольных учреждениях / Т.О. Крусева. –Ростов н/Д: Феникс, 2005. –253с.
5. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. – К.: Олимпийская литература, 1999.
6. Менхин А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика учеб.пособие /А.В.Менхин. – М.:Физическая культура, 2007. –160с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Навчальна дисципліна:** Валеологія.

**Статус дисципліни:** дисципліна за вибором студента.

**Мова навчання:** українська.

**Семестр:** VIII.

**Кредити ECTS:** 3,5 кредитів.

**Автономність і відповідальність, знання, комунікації, уміння:** знати сучасні знання про механізми формування, розвитку, збереження резервів систем організму людини; демонструвати знання про формування способу життя індивіда шляхом: розвитку інтелектуальної творчої діяльності; виховання, підвищення культури знань психофізіології свого організму; мотивації для формування та збереження здоров'я; аналізувати різні методи дослідження стану здоров'я, демонструвати та інтерпретувати результати моніторингу здоров'я; аналізувати основні поняття теми; аналізувати вплив факторів довкілля на здоров'я людини; знати оцінку захисту чинників зовнішнього середовища із метою збереження резервів здоров'я; визначати сутність здорового способу життя з врахуванням індивідуальних особливостей з метою збереження резервів здоров'я; застосовувати методи накопичення резервів здоров'я; демонструвати навички діагностувати рівень здоров'я людини; знати оцінку рівню здоров'я на етапах виконання індивідуальних оздоровчих програм і за необхідністю вносити корекцію; застосовувати методи оцінки здоров'я; реалізовувати знання щодо залучення людей до здорового способу життя; мати знання з валеології для складання програми оздоровчих тренувань; знати оцінку фізіологічним показникам рівню здоров'я при дозуванні фізичних навантажень.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** **Модуль I. Валеологія – наука про збереження і зміцнення здоров'я. Різновиди здоров'я.** Змістовий модуль 1. Вступ до дисципліни. Змістовий модуль 2. Фізичне, психічне та соціальне здоров'я. Змістовий модуль 3. Харчування та здоров'я. **Модуль II. Патологія діяльності організму.** Змістовий модуль 4. Профілактика порушень діяльності та захворювань людського організму. **Модуль III. Соціальні та психофізіологічні аспекти здоров'я .** Змістовий модуль 5. Основи соматичного здоров'я.

**Вид семестрового контролю:** залік ( VIII семестр).

**Рекомендована літератури:**

1. Апанасенко Г. Л. Медична валеологія (вибрані лекції) / Г. Л. Апанасенко, Л. О. Попова. – К. : Здоров'я, 1998. – 248 с.; іл.
2. Бобрицька В. І. Валеологія. Навчальний посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти. Мін.освіти і науки України. Частина I,II. – Полтава, 2000.
3. Валеологія: Навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів освіти: В 2-х ч. / За ред. В.І.Бобрицької. - Полтава"Скайтек", 2000. - Ч. I. - 146 с., Ч. 2. - 160 с.
4. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини: навчальний посібник / О.І. Міхеєнко. – 2-ге вид. перероб. і допов. – Суми: Університетська книга, 2010. – 448 с.
5. Грибан В.І. Валеологія: Навчальний посібник. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 256 с.
6. Соціальна валеологія: навч. посіб. / В.М. Копа. – Л.: Новий світ – 2011. – 203 с.



## Спортивна медицина

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна (самостійного вибору студента).

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 7.

**Кредити ЄКТС:** 4.

### Програмні результати навчання:

**знати:** методи вивчення рівня здоров'я фізкультурників і спортсменів; методи вивчення фізичного розвитку фізкультурників і спортсменів; методи вивчення функціональних можливостей організму фізкультурників і спортсменів; основні види захворювань, які можуть виникати при заняттях фізичною культурою та спортом; визначення показань і протипоказань до різних видів занять; вирішення питань спортивного добору й орієнтації.

**вміти:** визначати й оцінювати поточний функціональний стан організму спортсменів, рівень їхньої функціональної підготовленості та загальної тренуваності; обґрунтувати раціональні режими занять і тренувань для різних контингентів людей, які займаються фізичною культурою і спортом, використання засобів підвищення і відновлення спортивної працездатності; вивчити захворювання і травми, що виникають при нераціональних заняттях, методи діагностики, профілактики і реабілітації.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** Модуль 1. Клінічні та параклінічні методи дослідження. Змістовий модуль 1. Вступ до спортивної медицини. Змістовий модуль 2. Клінічні та параклінічні методи дослідження. Модуль 2. Методи дослідження та медико-педагогічний контроль. Змістовий модуль 3. Клінічні та параклінічні методи дослідження. Змістовий модуль 4. Особливості лікарсько-педагогічного контролю за юними спортсменами. Модуль 3. Медичне забезпечення спортивних змагань. Змістовий модуль 5. Особливості організації лікарсько-педагогічного контролю за жінками-спортсменками та при проведенні тренувального процесу в різних клімато-географічних зонах. Змістовий модуль 6. Основні засоби, які використовуються з метою оптимізації процесів відновлення й підвищення фізичної працездатності спортсменів. Модуль 4. Нещасні випадки у спорті. Змістовий модуль 7. Раптова смерть у спорті.

**Методи викладання:** Словесні (лекція, розповідь-пояснення, занотовування, робота з літературою, інструктаж, бесіда). Наочні (презентація, фотослайди, перегляд фрагменту відео-стрічки). Практичні (лабораторні роботи, теоретичне осмислення матеріалу, показ викладача). Пошуково-дослідницькі методи (робота по виконанню завдань дослідницького характеру). Метод самореалізації (підготовка проєктів, виступи). Метод комплексного підходу до освіти і виховання (єдність етичного, екологічного, естетичного виховання).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** комп'ютерне тестування; тестування на паперовому носії; опитування за темою заняття; розв'язування ситуаційних задач; проведення лабораторних досліджень і трактування їх результатів; контроль практичних навичок.

**Вид семестрового контролю:** екзамен.

### Рекомендована література:

13. В. А. Шаповалова. Спортивна медицина і фізична реабілітація : [навч. посіб.] / В. А. Шаповалова. К. : Медицина, 2008. - 246 с.
14. В. М. Мухін. Фізична реабілітація : підручник / В. М. Мухін. Київ: Фізкультура и спорт, 1966. - 48 с.: Олімп. літ., 2000. - 424 с.
15. Г. Б. Хотяновой. Врачебный контроль : учебник / Г. Б. Хотяновой. М., 1965. – С. 225-231.
16. Д. Ф. Дешин. Врачебный контроль : учебник / Д. Ф. Дешин. М., 1965. – С. 232-305.
17. З. С. Миронова. Профилактика травм в спорте и доврачебная помощь : учеб. пособие / З. С. Миронова. М. : Фізкультура и спорт, 1966. - 48 с.
18. Н. Ф. Гордон. Заболевания органов дыхания и двигательная активность : учебник / Н. Ф. Гордон. К. : Олімп. літ., 1999. - 127 с.

## Сучасні види спорту

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна.

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 7-8.

**Кредити ЄКТС:** 3.

**Результати навчання:**

**вміти:** аналізувати основні поняття навчальної дисципліни; застосовувати теоретичні знання у практичній діяльності; збирати інформацію про сучасні види спорту та давати їм характеристику.

**знати:** історичні відомості щодо розвитку сучасних видів спорту; класифікацію сучасних видів спорту та їх характеристики; визначення основних термінів і понять дисципліни; світові досягнення в спорті та рекорди спортсменів України.

**Модулі навчальної дисципліни:** Місце й значення спорту у житті суспільства та тенденції його розвитку. Олімпійські види спорту. Види спорту в програмі зимових Олімпійських Ігор. Зміст, історія та характеристика сучасних видів спорту. Неолімпійські види спорту. Нетрадиційні види спорту. Екстремальні види спорту. Українські національні види спорту. Паралімпійські види спорту.

**Методи викладання:** словесні (лекція, розповідь, дискусія, пояснення), практичні (семінари, індивідуальні завдання), наочні методи (ілюстрування зразків, демонстрування слайдів, перегляд фрагментів відеострічки).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, тестування, модульні контрольні роботи, захист індивідуальних робіт.

**Вид семестрового контролю:** залік.

**Рекомендована література:**

1. Вознюк Т.В. Сучасні ігрові види спорту / Навчальний посібник. – Вінниця, 2008. – ДОВ «Вінниця», ВДПУ. – 350 с.

2. ЄСКУ – 2000 р. – 198 с.

3. Іщенко С.А. Теорія і правові аспекти управління міжнародним спортивним рухом // Теорія і практика фізичної культури. 1999, № 4, с. 16-18.

4. Павлюк Є.О. Олімпійський і професійний спорт : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Є. О. Павлюк, Є. М. Свіргунець – Хмельницький : ХНУ, 2010. – 254 с.

5. Платонов В.Н. Энциклопедия олимпийского спорта. – Киев: Олимпийская литература, 2004.-Т.4 - С. 113,116.

6. Степанова І. Українські традиції у фізичному вихованні дітей / Ірина Степанова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. – № 2. – С. 212-214.

7. [http://www.world-sport.org/technical\\_sports/](http://www.world-sport.org/technical_sports/)

8. [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82\\_%D0%B2\\_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%96](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82_%D0%B2_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%96)

## Управління у сфері фізичного виховання і спорту

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна .

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 5-6.

**Кредити ЄКТС:** 4.

**Результати навчання:**

**вміти:** володіти основними поняттями з навчальної дисципліни «Управління у сфері фізичного виховання і спорту»; ефективно застосовувати теоретичні знання у практичній діяльності; володіти знаннями та базовими вміннями управління формальними і неформальними групами та конфліктними ситуаціями; вирішувати конфліктні ситуації та складати план вирішення проблем; сформулювати практичні уміння управлінської діяльності.

**знати:** роль фізичної культури в житті сучасного суспільства, структуру системи фізкультурного руху в Україні, особливості діяльності різних її ланок; характеристики фізкультурних організацій, середовища, в якому вони працюють, соціальний, юридичний та етичний статус регламентування їх діяльності; функції управління, особливості їх прояву, зв'язувальні процеси, що супроводжують їх виконання; систему кадрового забезпечення сфери фізичної культури порядок підготовки, перепідготовки, підвищення кваліфікації та використання спеціалістів; стан міжнародного спортивного руху на сучасному етапі, особливості діяльності міжнародних спортивних об'єднань різних типів.

**Модулі навчальної дисципліни:** Структура побудови і функціонування сфери фізичного виховання в Україні. Кадрове забезпечення сфери фізичної культури в Україні. Функції управління у сфері фізичного виховання і спорту. Контроль як базовий елемент процесу управління.

**Методи викладання:** словесні (лекція, розповідь, дискусія, пояснення), практичні, наочні методи (ілюстрування зразків, демонстрування слайдів).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, тестування.

**Вид семестрового контролю:** залік.

**Рекомендована література:**

1. Бунчук М.Ф. Организация физической культуры. М. ФиС, 1972. -224 с.
2. Жмарев Н.В. Системный подход и целевое управление в спорте. -К. Здоровя, 1984. - 144с.
3. Справочник физкультурного работника/Под ред. П.Ф.Савицкого. Киев. Здоровя,1976. - 343с.
4. Спутник работника физической культуры и спорта/Под ред. П.Ф.Савицкого. -К. Здоровя, 1990. -350с.
5. Столбов В.В. История и организация физической культуры и спорта. Учебное пособие для педагогических институтов.- М. „Просвещение”, 1982. -187с.
6. Управление физкультурным движением. Учебник для институтов физкультуры /Под об. ред В.А. Ивонина и К.А.Куликовича. М. ФиС., 1977. -287с.
7. Управление физической культурой и спортом. Учебник для инст-тов физ-ри./ И.И.Переверзин, Н.Н.Бугров, Я.Р.Вилькин и др./ -М. ФиС., 1987. -288с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень** вищої освіти: перший (бакалаврський).

**Дисципліна:** Основи наукових досліджень

**Статус:** нормативна

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 7

**Кредити ЄКТС:** 4 кредити

**Результати навчання:**

**знати:** теорію наукових досліджень; критерії науковості знань, види наукових досліджень; форми наукової та навчально-дослідницької роботи студентів у вищому навчальному закладі; зміст основних етапів педагогічного дослідження; методику вивчення літературних джерел; структурні особливості наукового твору, курсової (дипломної роботи); класифікацію методів наукових досліджень, їх характеристику та особливості застосування; статистичні методи обробки результатів дослідження; вимоги до оформлення посилань, ілюстративного матеріалу, бібліографічного списку; основні вимоги до оформлення наукових результатів.

**вміти:** володіти методами та технологіями організації науково-дослідницької діяльності; вибирати тему педагогічного дослідження; визначати завдання; розробляти гіпотезу; добирати групу для дослідження; визначати в навчально-виховному або навчально-тренувальному процесі вплив одних засобів на інші; оцінювати ефективність навчально-тренувального чи навчально-виховного процесу; робити висновки про добір групи, її однорідність та однотипність, ефективність побудови навчально-тренувального чи навчально-виховного процесу; самостійно проводити дослідження; працювати з науково-методичною літературою; підвищувати і удосконалювати професійну майстерність; вести систематичний облік отриманих результатів.

**Модулі навчальної дисципліни:** Модуль 1. Вступ в основи наукових досліджень. Змістовий модуль. Обробка та оформлення результатів наукових досліджень.

**Методи викладання:** словесні, методи наочності.

▪ **Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, письмове виконання завдань, поточний тестовий контроль, підсумкова модульна роботи.

**Вид семестрового контролю:** іспит

**Рекомендована література:**

11. Кловак Г. Т. Основи педагогічних досліджень : навч. посіб. для студ. пед. спец. вузів / Г. Т. Кловак. – Чернігів, 2003. – 260 с.
12. Костюкевич З.М. Методичні рекомендації для підготовки курсових та дипломних робіт з курсу спортивних ігор: Для студентів стаціонарної та заочної форм навчання факультету фізичного виховання. – Вінниця, 1996. – 41 с.
13. Лузан П.Г. Основи науково-педагогічних досліджень / П.Г.Лузан, І.В.Сопівник, С.В.Виговська. – К., 2012. – 219 с.
14. Образцов, П. И. Эмпирические методы психолого-педагогического исследования / П. И. Образцов // Методы и методология психолого-педагогического исследования / П. И. Образцов. – СПб., 2004. – С. 76–123.
15. Основи наукового педагогічного дослідження // Педагогіка вищої школи: навч. посіб. / за ред. З. Н. Курлянд. – 3-тє вид., перероб. і доп. – К., 2007. – С. 23–70.
16. Філіпенко А.С. Основи наукових досліджень. Конспект лекцій: Навчальний посібник. – К.: Академвидав, 2005. – 208 с.
17. Цехмістрова Г.С. Методика і методологія наукових досліджень / Г.С. Цехмістрова. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2004. – 240 с.

▪

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Навчальна дисципліна:** Вікова фізіологія

**Статус дисципліни:** варіативна (за вибором студента).

**Мова навчання:** українська.

**Семестр:** IV

**Кредити ECTS:** 4 кредити.

**Автономність і відповідальність, знання, комунікації, уміння:** мати сучасні знання про методи діагностики функціонального стану та функціональної підготовленості організму спортсмена; визначати початковий поточний рівень функціонального стану організму, його резервні можливості та шляхи пристосування окремих органів, систем і організму в цілому до того або іншого навантаження; проводити оцінку ступеня впливу фізичних навантажень на організм, вносити відповідні коректувальні заходи у тому випадку, коли не вистачає його функціональних можливостей для адекватної відповіді на різні за об'ємом та інтенсивністю фізичні навантаження; проводити оцінку рівня розвитку таких функціональних компонентів, як фізична працездатність, функціональна підготовленість, загальні адаптивні можливості тощо; надавати оцінку характеру і ступеню порушення тієї або іншої системи, органу, та поточному рівню їх функціонування або функціональному резерву; здійснювати контроль за функціонуванням окремих систем і органів осіб, що займаються фізичною культурою і спортом, попереджати фізичне перевантаження, недостатнє і неповне відновлення з логічною небезпекою виникнення перед- і патологічних змін в організмі.

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** **Модуль I. Основні закономірності росту та розвитку.** Змістовий модуль 1. Поняття про ріст і розвиток. Змістовний модуль 2. Фізіологічні особливості пренатального періоду та новонароджених. **Модуль II. Фізіологічна характеристика дітей дошкільного, молодшого та середнього шкільного віку.** Змістовний модуль 3. Фізіологічні особливості дітей дошкільного віку. Змістовний модуль 4. Фізіологічні особливості дітей молодшого та середнього шкільного віку. **Модуль III. Фізіологічні особливості підлітків та дітей старшого шкільного віку.** Змістовний модуль 5. Функціональні особливості підлітків та дітей старшого шкільного віку. **Модуль IV. Геронтологія. Гігієна навчально-виховного процесу.** Змістовний модуль 6. Вчення про геронтологію. Змістовний модуль 7. Гігієна навчально-виховного процесу.

**Вид семестрового контролю:** іспит (IV семестр).

**Рекомендована література:**

7. Вікова фізіологія з основами шкільної гігієни: підручник / [І. Аносов, В. Хоматов, Н. Сидор'як та ін.]. – Мелітополь: ТОВ «Видавничий будинок ММД», 2008. – 433 с.

8. Возрастная физиология (физиология развития ребенка) / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер. – М.: Академия, 2002. – 416 с.

9. Большакова М.Д. Гигиена детей и подростков / М. Д. Большакова. – М.: Медицина, 1966. – 312 с.

10. Вовканич Л. С. Біологічний вік людини / Л. С. Вовканич. – Л.: Сполом, 2009. – 92 с.

11. Гартштейн Р.С. Возрастная физиология и школьная гигиена / Р. С. Гарштейн // Учебное пособие для студентов педагогических институтов. – Иваново. – 1974. – 228 с.

12. Ріст і розвиток людини / В. С. Тарсюк, Г. Г. Титаренко, І. В. Паламар, Н. В. титаренко. – К.: Здоров'я, 2002. – 270 с.

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**Навчальна дисципліна:** Біологічна хімія та біохімія м'язової діяльності

**Статус дисципліни:** варіативна (за вибором студента).

**Мова навчання:** українська.

**Семестр:** V–VI.

**Кредити ECTS:** 6,5 кредитів.

**Автономність і відповідальність, знання, комунікації, уміння:** мати сучасні знання про органічні речовини, що входять до складу організму людини; оволодіти знаннями перетворення їх (проміжний обмін речовин та обмін енергії); характеризувати закономірності біохімічних перетворень в організмі людини в процесі занять фізичними вправами; розрізняти фактори, що впливають на утилізацію енергетичних джерел при фізичних навантаженнях; оцінювати біохімічні фактори, що лімітують рівень спортивних досягнень; оцінювати фактори стомлення при виконанні короткочасних вправ; оцінювати біохімічні процеси відновлення стану організму після м'язової роботи та біохімічної адаптації до фізичних навантажень; підбирати найбільш біохімічно ефективні засоби і методи тренувань; оцінювати біохімічні основи швидкісно-силових якостей, критерії ефективності тренування. використовувати знання біохімічних закономірностей фізичного розвитку для керування питанням відбору молоді для занять спортом;

**Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни:** **Модуль I. Вступ до біохімії.**

**Характеристика водно-сольового обміну, поняття про вуглеводи, ліпіди та їх обміни.**

Змістовий модуль 1. Предмет біохімії. Хімічний склад організму. Водний та мінеральний обміни. Змістовий модуль 2. Загальна характеристика вуглеводів та їх класифікація. Змістовий

модуль 3. Загальна характеристика класу ліпіди. **Модуль II. Поняття про білки, ферменти,**

**вітаміни, нуклеїнові кислоти, гормони та характеристика обміну речовин в організмі.**

Змістовий модуль 4. Біохімія білків. Розпад та біосинтез білків. Поняття про ферменти, як

біологічні катализатори. Нуклеїнові кислоти та їх обмін. Змістовий модуль 5. Водорозчинні

вітаміни. Жиророзчинні вітаміни та вітаміноподібні сполуки. Змістовий модуль 6. Загальна

характеристика гормонів. **Модуль III. Функціональна біохімія.** Змістовий модуль 7. Біохімія

крові. Біохімія м'язів. Змістовий модуль 8. Біохімія нирок і сечоутворення. Біохімія печінки.

Біохімія вікових груп. **Модуль IV. Біохімічні зміни в організмі при фізичних навантаженнях.**

Змістовий модуль 9. Біохімія і біоенергетика м'язової діяльності. Змістовий модуль 10. Біохімічні

зміни в організмі при виконанні вправ різної потужності і тривалості та при стомленні. **Модуль V. Біохімічні**

**основи процесів адаптації, відновлення та фактори, що впливають на спортивну працездатність**

**спортсменів.** Змістовий модуль 11. Процеси відновлення та адаптації при м'язовій діяльності. Змістовий

модуль 12. Біохімічні фактори спортивної працездатності. Змістовий модуль 13. Рациональне харчування

спортсменів. **Модуль VI. Біохімічні основи швидкісно-силових якостей, витривалості спортсменів та**

**методи їх розвитку.** Змістовий модуль 14. Біохімічні основи швидкісно-силових якостей спортсмена та методи

їх розвитку. Змістовий модуль 15. Біохімічні основи витривалості спортсменів. **Модуль VI. Біохімічний**

**контроль у спорті.** Змістовий модуль 16. Біохімічний контроль біологічних рідин та систем

енергозабезпечення організму при м'язовій діяльності.

**Вид семестрового контролю:** залік (V семестр), іспит (VI семестр).

**Рекомендована література:**

1. Биохимия: Учебное пособие для институтов физической культуры/ Под ред.

В.В.Меньшикова, Н.И.Волкова. – М. : Физкультура и спорт. – 1986. – 503 с.

2. Биохимия мышечной деятельности : учеб. для вузов физ. воспит. и спорта / Н.И. Волков, А.А.

Осипенко, С.Н. Несен, С.Н. Корсун – К. : Олимпийская литература, 2000. – 494 с.

3. Губський Ю.І. Біологічна хімія: підруч. / Ю. І. Губський. – Київ-Тернопіль : Укрмедкнига,

2000. – 508 с.

4. Гонський Я.І. Біохімія людини: підруч. / Я.І. Гонський, Т.П. Максимчук, М.І. Калинський –

Тернопіль : Укрмедкнига, 2002. – 744 с.

5. Филиппович Ю.Б. Практикум по общей биохимии: учеб. пособ. / Ю.Б. Филиппович, Т. А.

Егорова, Г.А. Севастьянова. – 2-е изд., перераб. – М. : Просвещение. – 1982. – 311 с.

6. Шевряков М.В. Практикум з біологічної хімії: навч.-метод. посіб. / М.В. Шевряков, Б.В.

Яковенко, О.Ф. Явоненко. – Суми : ВДТ Університетська книга, 2003. – 204 с.

## Історія фізичної культури

**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна.

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** 3-4.

**Кредити ЄКТС:** 4.

**Результати навчання:**

**вміти:** аналізувати та використовувати науково-методичну та спеціальну літературу, що сприятиме ґрунтовному опануванню теоретичних знань з історії фізичної культури, міжнародного олімпійського та спортивного руху; правильно використовувати термінологію навчальної дисципліни; застосовувати історичні дати при відповідях на практичних заняттях; характеризувати періоди розвитку фізичної культури в різних країнах; використовувати матеріали з історії фізичної культури при проведенні бесід зі школярами; застосовувати у практичній діяльності одержані знання.

**знати:** особливості розвитку та становлення фізичної культури в різних країнах від доби первіснообщинного ладу до наших часів; історичне походження олімпійських ігор стародавності та сучасності; основні події і закономірності розвитку фізичної культури в Україні від найдавніших часів до сьогодення; проблеми та перспективи розвитку спортивного руху в сучасній Україні; результати виступів спортсменів України; особливості становлення й розвитку фізичної культури та спорту на Житомирщині; відомі постаті та їх внесок у розвиток фізичної культури та спорту на Житомирщині; досягнення спортсменів Житомирщини.

**Модулі навчальної дисципліни:** Фізична культура в стародавньому світі. Фізична культура в середні віки. Фізична культура у нові часи. Фізична культура і спорт в іноземних країнах у новітній час. Фізична культура в Україні. Україна в олімпійському русі. Історія фізичної культури та спорту на Житомирщині.

**Методи викладання:** словесні (лекція, розповідь, дискусія, пояснення), практичні (семінари, індивідуальні завдання), наочні методи (ілюстрування зразків, демонстрування слайдів, перегляд фрагментів відеострічки).

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** усне опитування, тестування, модульні контрольні роботи, захист індивідуальних робіт.

**Вид семестрового контролю:** екзамен.

**Рекомендована література:**

1. Ахметов Р.Ф. Зародження фізичної культури і спорту на Житомирщині. – Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка (8), 2001. – С. 35-37.

2. Бубка С. Н. Олімпійське сузір'я України: атлети / С.Н. Бубка, М.М. Булатова. – К.: Олімпійська література, 2010. – 166 с.

3. Булатова М.М. Твій олімпійський путівник / М. М. Булатова. – К. : Видання Національного олімпійського комітету України, 2011. – 120 с.

4. Винничук О. Історико-педагогічні аспекти розвитку фізичної культури: Навчальний посібник. – Тернопіль: АСТОН, 2001. – 404 с.

5. Опанащук І. П. Спортивна Житомирщина. – Житомир: Полісся, 1996. – 287 с.

6. Пангелова Н.Є. Історія фізичної культури: Навчальний посібник. – Київ, 2007. – 288 с.

7. Столбов В. История физической культуры. Учебник для пединститутів. — М.: Просвещение, 1989.

8. Філь С.М., Худолій О.М., Малка Г.В. Історія фізичної культури: навчальний посібник / За ред. проф. С.М.Філя. – Х.: ОВС, 2003. – 160 с.

9. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: Учеб.пособие для студ.высш.пед.учеб.заведений. – Москва: Издательський центр «Академия», 2001. – 312 с.

10. Зірки олімпійського спорту України, 1994–2008: спеціальний проект / К.: Олімпійська арена, 2011. – 208 с.

**Підвищення спортивної майстерності у різних видах спорту (легка атлетика, туризм, дзюдо, волейбол, баскетбол, футбол, плавання, атлетизм, гімнастика, настільний теніс)**  
**Спеціальність:** 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Освітня програма:** Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

**Рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський).

**Тип дисципліни:** Варіативна (самостійного вибору університету).

**Мова навчання:** Українська.

**Семестр:** I-VIII

**Кредити ЄКТС:** 22,5

**Результати навчання:**

**Вміти:** виконувати правила техніки безпеки під час занять і змагань; організувати спортивну роботу з дітьми різного віку в умовах загальноосвітньої школи, ДЮСШ, літнього оздоровчого табору; володіти методикою вдосконалення всіх видів підготовки спортсменів; розробляти комплекси спеціальних вправ з різних видів спорту; володіти навичками суддівства у різних видах спорту.

**Знати:** історію та сучасний стан розвитку різних видів спорту; основну термінологію та офіційні правила різних видів спорту; методи та комплекси вправ для підвищення рівня майстерності у різних видах спорту; методи контролю всіх видів підготовки спортсменів.

**Модулі навчальної дисципліни:** Введення в предмет ПСМ. Фізична підготовка у різних видах спорту. Технічна підготовка у різних видах спорту. Тактична підготовка у різних видах спорту. Методика навчання і організація навчально-тренувального процесу у ЗОШ, ДЮСШ та літнього оздоровчого табору. Організація та проведення спортивних змагань з різних видів спорту.

**Методи викладання:** словесні (розповідь, пояснення), практичні (метод навчання руховим діям, розвиток фізичних якостей, ігровий, змагальний), наочні методи (демонстрація схем, малюнків, відео, показ вправ), метод термінової інформації.

**Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень:** комп'ютерне тестування, питання поточного та підсумкового контролю, практичні контрольні нормативи.

**Вид семестрового контролю:** залік.

**Рекомендована література:**

1. Барчукова Г. Настольный теннис / Барчукова Г. – М. : Физкультура и спорт, 1990. – 174 с.
2. Жилкін А.І. Легка атлетика: Навч. посібник для студ. вищ. пед. навч. закладів / А.І. Жилкін, В.С. Кузьмін, Є.В. Сидорчук. - М.: Видавничий центр «Академія», 2005 р. на Е.Н. Основи туристської діяльності: Підручник. М., 1992.
3. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту : [навч. посіб.] / В. Г. Олешко. – Київ : ДІА, 2011. – 444 с.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. тренера высш. квалиф.] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
5. Поплавський Л.Ю. Баскетбол. — К. : Олімпійська література, 2004. — 447 с.
6. Портных Ю. И. Спортивные игры и методика преподавания. – М.: ФиС, 1986. – 320 с.



Спеціальність: 014 Середня освіта (Фізична культура).

Освітня програма: Фізична культура: спеціалізація: Методика спортивно-масової роботи.

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Назва навчальної дисципліни: Іноземна мова (поглиблений курс)

Статус дисципліни: факультатив

Мова навчання: англійська

Семестр: 1 - 4

Кредити ЄКТС 7

Програмні результати навчання: формування необхідної комунікативної спроможності в сферах базового та ситуативного спілкування в усній та письмовій формах, навичок практичного володіння іноземною мовою в різних видах мовленнєвої діяльності в обсязі представленої тематики, оволодіння іноваційно-комунікативними технологіями.

Модулі та змістовні модулі навчальної дисципліни: Personal Profile. My first flat. Tate modern. Metro naps. Do the housework! I'm on the phone. Languages Made Easy! Cross Canada trip. Travel Essentials. Bed & Breakfast. Celebrations. Actor! Author! They cry easily. I'm not crazy about it. It's an Amazing World! Never forget a face. Not feeling well. Life in the capital. Best of the best. City souvenirs. The future of work. 16 before 60. Love and work. Lifetime achievements. A public life. English in your life. Making contact. Lost! Online dating. Wedding bells. At the movies. Going out. Tourist trail. Planes. A weekend break. Holiday heaven. Junk food. Slow food. Coffee break. Class meal. Global issues. Reality TV. Oscars and raspberries. Box office. Animal lovers. Stress. Marathon men. Doctor, doctor. Things. Fashion victim. Camden market. At the mall. Around the world. Let's dance. Global English.

Рекомендована література:

1. Straightforward Elementary. Student's book, L., Macmillan Publishers Limited.- 2010 – 160 p.
2. Straightforward Elementary. Workbook, L., Macmillan Publishers Limited.- 2010 – 96 p.
3. Straightforward Pre-Intermediate. Student's book, L., Macmillan Publishers Limited.- 2009 – 160 p.
4. Straightforward Pre-Intermediate. Workbook, L., Macmillan Publishers Limited.- 2008 – 95 p.
5. R. Murphy. Essential Grammar in Use. – Cambridge University Press. – 259 p.

Internet джерела:

1. <http://www.macmillanenglish.com>
2. <http://www.pearsonlongman.com>
3. <http://www.multitran.com> - словник он-лайн
4. <http://www.bbc.co.uk/worldservice/learningenglish/> - BBC Learning English