

Міністерство освіти і науки України
Рівненський державний гуманітарний університет


ЗАТВЕРДЖУЮ

Т.в.о. голови приймальної комісії
Рівненського державного
гуманітарного університету
Оксана ПЕТРЕНКО
27 березня 2025 р.





**ПРОГРАМА ФАХОВОГО ІСПИТУ
ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ А4 «СЕРЕДНЯ ОСВІТА (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА)»
для вступників на навчання для здобуття ступеня
магістра на основі НРК6, НРК7**

Схвалено вченою радою педагогічного факультету
Протокол № 3 від 25 березня 2025 р.

Голова вченої ради
педагогічного факультету  Оксана ГУДОВСЕК

Схвалено навчально-методичною комісією педагогічного факультету
Протокол № 3 від 20 березня 2025 р.

Голова навчально-методичної комісії
педагогічного факультету  Наталія ГОРОПАХА

Голова фахової атестаційної комісії  Оксана ГУДОВСЕК

Розробники: Вадим КІНДРАТ
Людмила ЧАЛІЙ
Андрій ПАНЧУК

Рівне – 2025

Програма фахового іспиту зі спеціальності А4 «Середня освіта(Фізична культура)» для вступників на навчання для здобуття ступеня магістра на основі НРК6, НРК7 / В.К. Кіндрат, Л.В.Чалій, А.П. Панчук.– Рівне : РДГУ, 2025. – 19 с.

Розробники:

Кіндрат В.К., кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту РДГУ

Чалій Л.В., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту РДГУ

Панчук А.П., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту РДГУ

Рецензент:

Вікторія Романова, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука.

Програма фахового іспиту з теорії і практики фізичного виховання зі спеціальності А4 «Середня освіта (Фізична культура)» для вступників на навчання для здобуття ступеня магістра на основі НРК6, НРК7 визначає вимоги до рівня підготовки вступників у межах програми підготовки бакалаврів, зміст основних освітніх компетенцій, критерії оцінювання знань вступників, рекомендовані літературні джерела та інформаційні ресурси.

Розглянуто на засіданні кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту (протокол № 3 від «27» березня 2025 р.).

ЗМІСТ

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА	4
ЗМІСТ ФАХОВОГО ВИПРОБУВАННЯ (ПРОГРАМОВИЙ МАТЕРІАЛ)	6
«Теорія і методика фізичного виховання».....	6
«Теорія і методика викладання легкої атлетики»	9
«Теорія і методика викладання зимових видів спорту та атлетизму»	9
«Теорія і методика викладання спортивних і рухливих ігор».....	9
(рухливі ігри і забави на суші і воді , баскетбол, волейбол, футбол, настільний теніс, гандбол).....	9
«Теорія і методика викладання гімнастики: основна гімнастика, спортивна гімнастика, ритміка і хореографія»	10
«Теорія і методика викладання плавання»	11
«Оздоровчий фітнес (фітнес програми силової та аеробної спрямованості)»	11
«Адаптивне фізичне виховання»	11
«Організація та управління у сфері фізичної культури».....	11
КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ВСТУПНИКІВ	12
СПИСО РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	155
ІНФОРМАЦІЙНИЙ РЕСУРС	19

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма фахового іспиту зі спеціальності А4 «Середня освіта (Фізична культура)» для вступників на навчання для здобуття ступеня магістра на основі НРК6, НРК7 складається з питань теорії і методики фізичного виховання, що відповідають змісту підготовки фахівців ступеня бакалавра за відповідною освітньою програмою і передбачає комплексну оцінку знань, умінь і навичок щодо їх використання під час розв'язання професійних завдань майбутньої професійної діяльності з фізичного виховання дітей та молоді.

Зміст програми об'єднує навчальний матеріал, що міститься у системі спортивно-педагогічних, психолого-педагогічних, соціальних та медико-біологічних дисциплін, які висвітлюють теоретико-методичні засади фізичного виховання.

Мета фахового випробування полягає в перевірці фахових знань та умінь вступників в межах освітньо-професійної програми бакалавра, необхідних для успішної практичної діяльності з фізичного виховання з проведення занять з різними віковими і соціальними категоріями населення, впровадження здорового способу життя і раціональної організації вільного часу різних верств населення згідно з Законом України «Про фізичну культуру і спорт»

Вимоги до підготовленості вступника:

Вступник повинен знати:

- основи загально-фундаментальних дисциплін в об'ємі, необхідному для вирішення виховних, навчальних, науково-методичних і організаційно-практичних дій;
- основні історичні етапи, проблеми розвитку фізичної культури, спорту, їх функції як органічної частини соціальної системи суспільства;
- медико-біологічні, психологічні та інші особливості розвитку організму людини, в зв'язку і під впливом занять фізичними вправами;
- теорію і методику фізичного виховання;
- функції та системи планування і контролю у фізичному вихованні, в спорті;
- теоретико-методичні основи організації навчально-тренувального процесу з особами різного віку; основи планування, педагогічного контролю та обліку навчально-тренувального процесу.

Вступник повинен уміти:

- використовувати отримані знання з теорії і методики фізичного виховання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей учнів;
- планувати, організувати і здійснювати роботу з фізичного виховання, проведення навчальних і тренувальних заходів та спортивних змагань;
- використовувати теоретичні знання і практичні навички для вирішення виховних, навчальних, оздоровчих завдань у роботі з різними категоріями населення і в різноманітних напрямках фізичної культури і спорту;
- планувати, організувати роботу з різних напрямів професійної діяльності;
- використовувати сучасні нормативні, правові, педагогічні, наукові прийоми управління у сфері фізичної культури і спорту;
- визначити щільність уроку з фізичного виховання;
- оцінювати рівень фізичного розвитку людини;

- визначати реакцію організму на фізичні навантаження за змінами частоти пульсу та артеріального тиску;

- надавати першу допомогу при травмах на уроках фізичного виховання та тренуваннях.

- здійснювати планування і управління в зазначених сферах діяльності.

Вступне випробування дає змогу встановити рівень готовності вступника до роботи в різних напрямках професійної діяльності:

- вчителя фізичної культури закладів загальної середньої освіти, дошкільних установ і установ професійної освіти;

- працівника установ, який керує або здійснює фізкультурно-спортивну, оздоровчо-масову роботу серед населення;

- інструктора-методиста з фізичної культури.

Порядок проведення вступного випробування.

Вступне випробування проводиться згідно з розкладом.

Допуск до вступного випробування вступників здійснюється за умови наявності аркуша результатів вступних випробувань та документа, що засвідчує особу (паспорт).

Фахове випробування проводиться в усній формі, що передбачає надання відповідей на питання екзаменаційних білетів. Вступник отримує тільки один комплект екзаменаційних завдань, заміна завдань не дозволяється. Екзаменаційні білети складаються відповідно до даної програми, друкуються на спеціальних бланках за встановленим зразком та затверджуються головою приймальної комісії Рівненського державного гуманітарного університету.

Під час фахового випробування вступник має право звернутися до екзаменаторів з проханням щодо уточнення умов завдань. Натомість вступнику не дозволяється користуватися сторонніми джерелами інформації (електронними, друкованими, рукописними) та порушувати процедуру проходження фахового випробування, що може бути причиною для відсторонення вступника від вступних випробувань.

Для письмового запису відповідей на екзаменаційні завдання використовуються аркуші усної відповіді відповідного зразка. Після внесення вступником відповіді до зазначеного аркушу він ставить під нею свій підпис, що підтверджується підписами голови та екзаменаторами фахової атестаційної комісії.

Порядок оцінювання відповідей вступників.

Оцінювання відповіді вступників на вступному випробуванні здійснюється членами фахової атестаційної комісії, призначеної згідно з наказом ректора.

Оцінки відповіді кожного вступника визначаються за 200-бальною шкалою.

ЗМІСТ ФАХОВОГО ВИПРОБУВАННЯ (ПРОГРАМОВИЙ МАТЕРІАЛ)

«Теорія і методика фізичного виховання»

Теорія і методика фізичного виховання як навчальна дисципліна. Поняття предмету теорії і методики фізичного виховання. Загальні закономірності, за якими відбувається управління фізичним розвитком людини, її фізична освіта як предмет теорії фізичного виховання.

Засоби фізичного виховання. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання. Фактори, що визначають вплив фізичних вправ на організм: індивідуальні особливості і рівень активності учнів; умови виконання вправ (метеорологічні, матеріальні, санітарно-гігієнічні); особливості самих вправ (їх складність, емоційність, новизна); методика викладання. Техніка фізичних вправ: поняття «техніка», її основна ланка та деталі. Стандартна, типова та індивідуальна техніка. Фази виконання фізичних вправ. Педагогічна класифікація фізичних вправ: значення для теорії і практики; характеристика існуючих класифікацій. Природні сили: сонце, повітря, вода як засіб фізичного виховання. Гігієнічні фактори: особиста і соціальна гігієна; режим праці і відпочинку, харчування і сну; засоби відновлення організму.

Методи навчання та організації у фізичному вихованні. Визначення понять «метод», «методичний прийом», «методика». Загальні вимоги до вибору методів: відповідність поставленому завданню, принципам навчання, специфіці навчального матеріалу, підготовленості учнів, індивідуальним особливостям і можливостям вчителя, умовам занять. Класифікація методів за способом відображення характеру пізнавальної активності (продуктивні, репродуктивні) та способом одержання учнями знань і умінь (слухання, спостереження, виконання вправ). Методи розучування вправ в цілому, та по частинах. Визначальні риси ігрового методу. Сюжетна організація діяльності – основа ігрового методу. Особливості використання змагального методу в роботі з дітьми молодшого шкільного віку. Значення змагального методу для виховання моральних і вольових якостей. Методи слова. Смысловая та емоційна функція слова. Розповідь, пояснення, бесіда, обговорення, інструктування, вказівки, розпорядження, команди, завдання, словесна оцінка – найбільш розповсюджені прийоми. Метод демонстрації, його роль. Вимоги до показу фізичних вправ. Прийоми демонстрації наочних посібників. Звукова та світлова сигналізація як прийоми демонстрації. Використання технічних засобів навчання, прийомів безпосередньої допомоги, термінової інформації, орієнтирів, лідирування.

Фронтальний метод, прийоми його застосування (одночасний, поперемінний). Груповий метод, прийоми його застосування (почерговий, поточний). Індивідуальний метод роботи, прийоми його застосування (одночасний за завданням вчителя, одночасний за вибором учня, індивідуально за завданням вчителя). Метод колового тренування, прийоми його застосування (варіювання інтенсивності виконання окремих вправ і тривалості відпочинку між станціями, зміни умов виконання, чергування направленості вправ та інші). Переваги та недоліки кожного із методів організації учнів. Доцільність їх застосування в певних частинах уроку в залежності від його типу, завдань та підготовленості учнів.

Методичні принципи фізичного виховання. Визначення поняття «принцип», їх значення для навчально-виховного процесу з фізичного виховання. Принципи свідомості та активності. Вимоги до організації і методики проведення занять, що обумовлені даними принципами. Принцип наочності. Роль образного слова і мобілізації рухового досвіду в процесі створення уяви про вправу. Особливості реалізації наочності у зв'язку з віком учнів, рівнем їх підготовленості. Принципи доступності та індивідуалізації у фізичному вихованні. Розширення меж доступності в процесі навчання, тренування, виховання.

Необхідність дотримання основних методичних умов доступності: від засвоєного до незасвоєного, від легкого до важкого, від простого до складного. Принципи послідовності і систематичності. Основні положення, що визначають систематичність фізичного виховання: регулярність, безперервність, повторність занять; раціональне чергування навантаження і

відпочинку; забезпечення наступності у засвоєнні програмового матеріалу; раціональна послідовність розвитку фізичних якостей при комплексному їх вихованні. Принципи міцності і прогресування. Необхідність постійного підвищення вимог до оволодіння технікою і тактикою дій, розширення знань, рухового досвіду і фізичних можливостей учнів.

Навчання фізичних вправ. Формування умінь і навичок як основний зміст освітніх завдань фізичного виховання. Характеристика умінь і навичок. Роль свідомості на рівні умінь і навичок. Автоматизація виконання вправ як ведуча умова розширення можливостей їх використання в процесі рухової діяльності. Характеристика умінь вищого порядку. Закономірності формування навичок. Явище переносу в процесі послідовного або одночасного розучування фізичних вправ.

Позитивний, негативний і симетричний перенос. Структура процесу навчання. Перший етап навчання – початкового розучування: завдання, найхарактерніші методи навчання, виконання навчальних завдань учнем, можливі помилки та їх причини, особливості реалізації методичних принципів. Другий етап навчання – поглибленого розучування: завдання, найхарактерніші методи, особливість методичних принципів. Третій етап – закріплення і вдосконалення рухової дії: завдання, особливості, найхарактерніші методи, нерівномірність формування навички, дидактична цінність етапу.

Виховання фізичних якостей. Сила. Визначення поняття; режим напруження м'язів; різновиди прояву фізичної сили; завдання та засоби силової підготовки; методи виховання сили; оцінка розвитку сили у дітей. Швидкість. Визначення поняття; засоби та методика виховання швидкості руху; тести визначення. Роль ігрового і змагального методів при вирішенні задач швидкісної підготовки. Витривалість. Визначення поняття; компоненти навантаження як основа методів виховання витривалості; особливість виховання витривалості у спортивних іграх, поєдинках і вправах силового характеру. Спритність. Визначення поняття; вікові зміни виховання спритності; методичні прийоми виховання спритності (зміна вихідного і кінцевого положення, дзеркальне виконання, зміна способу, просторових меж, швидкості і темпу виконання, ускладнення умов, додаткові завдання). Гнучкість. Визначення поняття; фактори, що визначають її прояв. Активна і пасивна гнучкість. Оптимальний і надзвичайний рівні розвитку гнучкості. Засоби виховання гнучкості. Методика виховання гнучкості (регулярність серії вправ, критерій достатності, різноманітність засобів). Поєднання вправ на гнучкість і силу. Місце вправ на гнучкість на уроці та в самостійних заняттях. Вимір гнучкості в лінійних і кутових системах.

Основи планування навчальної роботи з фізичної культури в школі. Значення планування навчальної роботи та його технологія. Попередня робота до планування уроків. Документація планування. Реалізація методичних принципів навчання в плануванні програмового матеріалу. Відображення в планах поступовості, послідовності, систематичності, міцності та прогресування у формуванні знань, умінь і навичок з фізичної культури школярів. Наступність у розробці планів навчального матеріалу (довгострокового, перспективного, тематичного, оперативного).

Призначення план-конспекту. Вимоги до написання, зміст, організаційне, методичне і матеріальне забезпечення уроку. Творчі можливості вчителя в складанні планів. Визначення завдань уроку: освітніх, оздоровчих, виховних. Характеристика освітніх завдань уроку, їх постановка та формулювання. Планування освітніх завдань в одному або серії уроків. Характеристика оздоровчих завдань уроку, їх постановка та формулювання. Планування оздоровчих завдань в одному або серії уроків. Характеристика виховних завдань уроку, їх постановка та формулювання. Планування виховних завдань в одному або серії уроків. Виховне значення змісту традиційних форм організації уроку. Роль особистого прикладу вчителя.

Контроль навчального процесу у фізичному вихованні. Функції контролю (цільова, стимулююча, виховна, освітня, інформаційна, прогностична, управлінська). Призначення, зміст та місце в навчально-виховному процесі попереднього, поточного, підсумкового контролю з фізичного виховання школярів. Вимоги до його здійснення (об'єктивність,

стислість, доступність, гласність, комплексність). Вивчення вихідного рівня можливостей і готовності учнів до реалізації поставлених завдань, контроль факторів, що впливають на учня в процесі фізичного виховання. Особливості оперативного-біжучого, циклового й етапного контролю.

Урок фізичної культури в школі. Місце уроку фізичної культури серед інших форм фізичного виховання. Характерні риси уроку як основної форми занять. Загальні вимоги до уроку (виховний вплив, система уроків, організація самостійної навчальної діяльності учнів, оптимальна рухова діяльність, система контролю, умови проведення уроку). Різновиди шкільних уроків: класифікація уроків за характером змісту (предметні, комплексні), класифікація залежно від вирішуваних завдань (навчальні, тренувальні, контрольні, змішані).

Проведення уроку. Вступна частина уроку: її завдання (мотивація занять, організація уваги та емоційно-психологічного стану учнів); засоби і методи вступної частини. Основна частина уроку: завдання, освітня спрямованість, виховання фізичних якостей, розстановка і прибирання приладів, проведення уроків в природних умовах, спостереження вчителя за діяльністю учнів та її оцінка. Заключна частина уроку: завдання, відновлення організму учня, саморегуляція, підведення підсумків уроків, єдність частин уроків.

Загальний аналіз уроку за розділами: загальні відомості; матеріально-технічні умови; підготовленість вчителя та учнів до уроку; підготовленість до уроку помічників; оцінка доцільності відступів від намічених завдань і змісту уроку; використання методів організації навчальної діяльності. Частковий аналіз уроку за певними розділами: тип, завдання і побудова уроку; зміст уроку; методи навчання і виховання; поведінка учнів; результати уроку; висновки та пропозиції. Оцінка діяльності учнів на уроках: її форми, критерії; вимоги до учнів; головний принцип оцінювання, врахування індивідуальних особливостей учнів при їх оцінюванні; оцінка фізичних якостей, техніки вправ, знань; екзамени і заліки з фізичної культури; причини неуспішності учнів та помилки, що допускають вчителі при оцінюванні.

Позаурочні форми занять фізичними вправами. Функція позаурочних форм занять, їх завдання, характерні риси. Характеристика форм фізичного виховання в розпорядку навчального дня: гімнастика до занять, її доцільність, завдання, організація, методика; години здоров'я (постановка проблеми, організація, методика, засоби); спортивна година в групах продовженого дня; фізкультхвилинки та фізкультпаузи; ігри та фізичні вправи на великих перервах. Вимоги до складання, оформлення документації з позаурочних заходів. Форма написання та зміст комплексів вправ (для гімнастики до занять, фізкультхвилин, фізкультпауз, спортивних годин), план – графіка великої рухливої перерви, сценарію спортивної години за типом «година гри».

Позакласна робота з фізичної культури. Форма організації і зміст позакласних занять. Колектив фізичної культури школи – організаційна основа позакласної роботи. Групи загальної фізичної підготовки. Спортивні секції (програми і організація). Спортивні змагання школярів (зміст, організація і методика проведення). Дні здоров'я і спорту. Фізкультурно-художні свята школярів. Художньо-спортивні вечори в школі, їх організація та методика проведення. Підготовка та організація роботи фізкультурного активу із числа учнів (юні судді по спорту, юні інструктори по спорту, фізорги класів, капітани команд та ін.).

Фізичне виховання учнів поза школою. Постановка проблеми, клуби при ЖЕК, організація роботи, участь шкіл в роботі за місцем проживання. Надання допомоги сім'ї в організації фізичного виховання дітей. Роль громадських організацій у фізичному вихованні. Громадські форми організації фізичного виховання дітей. Організація фізичного виховання в заміських і міських літніх таборах відпочинку дітей: підготовка матеріальної бази, планування, зміст роботи з фізичного виховання. Робота з фізичного виховання школярів у дитячо-юнацьких спортивних школах, парках культури і відпочинку, на дитячих екскурсійно-туристичних станціях. Зміст позашкільних форм фізичного виховання дітей.

Система фізичного виховання. Мета і завдання фізичного виховання на сучасному етапі розвитку Української держави. Програмово-нормативні основи: державні програми фізичного виховання, спортивна класифікація. Організаційні основи фізичного виховання в

Україні. Державні і самодіяльні органи управління. Роль Рад народних депутатів, громад у справі фізичного виховання дітей і підлітків. Умови функціонування та принципи системи фізичного виховання.

Теорія і методика фізичного виховання різних верств населення. Особливості фізичного виховання студентів (завдання, методичні рекомендації). Особливості розподілу студентів на навчальні відділення для занять фізичною культурою. Особливості фізичного виховання дорослого населення (завдання). Види фізичної культури, які застосовуються в побуті. Особливості методики проведення занять фізичною культурою з учнями старшого шкільного віку. Методичні рекомендації з організації та проведення уроків фізичної культури з учнями середнього шкільного віку. Методичні рекомендації з організації та проведення уроків фізичної культури з учнями молодшого шкільного віку. Особливості фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку (особливості розвитку, особливості методики занять фізичними вправами). Характеристика факторів від яких залежить зміст професійно-прикладної фізичної підготовки (ХОРР, ОЗУД, ОІЗД). Засоби та форми занять професійно-прикладною фізичною підготовкою. Приклади прямого прикладного переносу рухових навичок на професійні якості. Призначення і завдання професійно-прикладної фізичної підготовки.

«Теорія і методика викладання легкої атлетики»

Місце легкої атлетики у системі фізичного виховання. Основи техніки спортивної ходьби, бігу, стрибків та легкоатлетичних метань. Організація та проведення змагань з легкої атлетики. Застосовування легкоатлетичних вправ з метою профілактики та оздоровлення. Види легкоатлетичних стрибків. Класифікація і загальна характеристика легкоатлетичних вправ. Спеціальні вправи, що забезпечують виховання фізичних якостей необхідних для бігу на короткі дистанції. Спеціальні вправи, що забезпечують виховання фізичних якостей необхідних для стрибків у довжину. Класифікація видів легкоатлетичних метань. Методика навчання техніки бігу на довгі та середні дистанції. Методика навчання бігу на короткі дистанції. Методика навчання техніки стрибка у висоту способом «переступання». Методика навчання техніки стрибка у довжину способом «зігнувши ноги». Методика навчання техніки метання малого м'яча і гранати. Методика навчання техніки штовхання ядра.

«Теорія і методика викладання зимових видів спорту та атлетизму»

Лижний спорт. Організація проведення уроків, навчально-тренувальних занять, фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів із зимових видів спорту з різними верствами населення. Методика уроку лижної підготовки. Методика навчання ковзному кроку. Методика навчання почерговим лижним ходам. Методика навчання одночасним лижним ходам. Спуски та підйоми на лижах. Методика навчання

Атлетизм. Методи розвитку сили та м'язової маси. Основи побудови занять силового характеру. Комплекси вправ для розвитку м'язів шиї, верхнього плечового поясу, грудей, живота, спини, стегон, гомілок. Характеристика методу максимальних зусиль виховання сили. Характеристика методу повторних зусиль виховання сили. Характеристика використання статичних (ізометричних) вправ для виховання сили. Характеристика використання вправи в уступаючому режимі для виховання сили. Методика виховання силової витривалості.

«Теорія і методика викладання спортивних і рухливих ігор»

(рухливі ігри і забави на суші і воді , баскетбол, волейбол, футбол, настільний теніс, гандбол)

Рухливі ігри та забави. Педагогічне і оздоровче значення рухливих ігор, гра в історії суспільства. Завдання рухливих ігор у фізичному вихованні, урок рухливих ігор у навчально-виховному процесі, характеристика ігор за рухами. Організація рухливих ігор у школі, українські народні ігри та забави в календарній обрядовості українців. Методика проведення

українських народних ігор та забав.

Класифікація рухливих ігор. Критерії добору рухливих ігор для уроків фізичної культури. Структура і зміст уроків рухливих ігор в молодших класах. Рухливі ігри в різних формах фізичного виховання школярів. Характерні особливості та відмінності рухливих і спортивних ігор.

Характеристика, організація проведення рухливих ігор та забав на суші і у воді.

Підготовка до проведення гри: вибір гри, підготовка місця проведення гри, підготовка інвентаря, розмітка майданчика, розміщення учасників гри і місце проведення.

Методика проведення рухливих ігор і забав на суші і у воді. Визначення ведучих під час рухливої гри. Розподіл на команди. Пояснення гри. Вибір капітанів команд. Керівництво процесом гри. Дозування фізичного навантаження під час рухливих ігор. Підведення підсумків гри.

Види і класифікація естафет. Особливості естафет, їх зміст. Добір естафет для різних форм занять. Навчання методики проведення рухливих ігор та забав на суші та воді.

Методичні вказівки до проведення ігор в навчанні плаванню. Правила проведення ігор на воді. Ігри на суші для навчання плаванню. Ігри, що застосовуються при навчанні різним елементам техніки плавання. Ігри і забави на воді.

Спортивні ігри. Основні вимоги техніки безпеки на заняттях. Значення спортивних ігор. Основні засоби спортивних ігор. Технічні та тактичні прийоми в спортивних іграх. Методика початкового навчання. Освітнє значення спортивних ігор при проведенні різних форм занять. Педагогічна спрямованість та особливості проведення змагань зі спортивних ігор у школі. Визначення та зміст понять у спортивних іграх (розіграш, перегравання, очко, подаючий, приймаючий). Методичні особливості проведення спортивних ігор.

Волейбол. Методика навчання подачам у волейболі. Техніка навчання передач м'яча. Техніка нападу і захисту у волейболі, нападаючі удари і блокування. Поняття та класифікація гри у волейбол. Форми організації та методика проведення занять з волейболу в школі.

Баскетбол. Методика навчання подвійного кроку у баскетболі. Методика навчання передач м'яча у баскетболі. Методика навчання ловлі м'яча у баскетболі. Методика навчання кидків у корзину в баскетболі. Методика навчання поворотів у баскетболі. Методика навчання зупинок та переміщень гравця по майданчику у баскетболі

Футбол. Техніка удару по м'ячу серединою підйому, методика навчання. Техніка удару по м'ячу внутрішньою стороною ступні, методика навчання. Техніка удару по м'ячу зовнішньою стороною ступні, методика навчання. Різновиди зупинки м'яча, методика навчання.

Різновиди ведення м'яча, методика навчання. Обманні рухи у футболі. Тактична підготовленість футболістів.

Настільний теніс. Історія зародження настільного тенісу як спортивної гри. Способи тримання ракетки. Навчання стійки гравця та переміщення. Порядок подачі, прийому та зміни сторін у настільному тенісі. Методика навчання техніки виконання подач. Методика навчання техніки виконання ударів. Тактика одиночної та парної гри. Правила гри у настільний теніс. Організація проведення змагань з настільного тенісу.

«Теорія і методика викладання гімнастики: основна гімнастика, спортивна гімнастика, ритміка і хореографія»

Значення та місце гімнастики в системі фізичного виховання і спорту. Види гімнастики. Методичні особливості викладання гімнастики. Форми, організація, умови проведення та безпека занять. Засоби гімнастики та методика їх навчання. Особливості проведення занять з контингентом різним за віком і підготовленістю у дошкільних, шкільних та вищих навчальних закладах.

Методика вивчення опорних стрибків. Методика вивчення акробатичних вправ. Методика навчання вправ у висах та упорах (паралельні та різновисокі бруси). Термінологія в гімнастиці. Правила запису ЗРВ (навести 2-3 приклади). Методика розвитку фізичних

якостей на уроках гімнастики. Методика навчання прикладних стрибків в початкових класах.

«Теорія і методика викладання плавання»

Оздоровче значення плавання. Місце плавання у системі фізичного виховання. Основи техніки спортивних видів плавання (вільний стиль, «кріль» на спині, брас, батерфляй). Методика навчання видів спортивного плавання. Прикладне плавання: перша допомога потопаючому; способи прикладного плавання. Організація та проведення змагань з плавання. Засоби навчання плаванню. Вправи початкового навчання плаванню.

Техніка пірнання та звільнення від захватів потопаючого. Способи рятування: техніка виконання штучної вентиляції легень і зовнішнього масажу серця.

«Оздоровчий фітнес (фітнес програми силової та аеробної спрямованості)»

Історія виникнення оздоровчого фітнесу. Основний принцип проведення занять з фітнесу силового та аеробного спрямувань. Вимоги до складання фітнес програм та структура їх побудови. Характеристика музичного супроводу в програмах аеробної спрямованості. Поняття про ментальний фітнес.

«Адаптивне фізичне виховання»

Адаптивне фізичне виховання як соціальне явище. Мета та завдання адаптивного фізичного виховання. Історичні аспекти розвитку адаптивного фізичного виховання у світовій практиці та в Україні. Основні педагогічні принципи адаптивного фізичного виховання. Методи та форми організації занять адаптивного фізичного виховання. Роль адаптивного фізичного виховання в соціальній інтеграції та адаптації осіб з обмеженими можливостями.

«Організація та управління у сфері фізичної культури»

Зміст та поняття походження понять «менеджмент» та «спортивний менеджмент». Спільні та відмінні риси понять «менеджмент» і «управління». Значення фізичної культури і спорту у системі ринкових відносин. Класифікація фізкультурно-спортивних організацій. Цільове призначення організацій з надання фізкультурно-спортивних послуг. Федерації з видів спорту та їх основні функції. Фізкультурно-спортивні об'єднання в Україні та їх основні функції. Управління фізкультурно-спортивними організаціями. Економічні методи управління. Організаційно-адміністративні методи управління. Соціально-психологічні методи управління. Вибір ефективних методів управління у менеджменті.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАТЬ ВСТУПНИКІВ

Рівень професійної компетентності вступників оцінюється за 200-бальною шкалою.

Виділені такі рівні компетентності – початковий, середній, достатній, високий.

Критерії оцінювання результатів вступного випробування встановлюються у нормах цих чотирьох рівнів досягнень за ознаками правильності, логічності, обґрунтованості, цілісності відповіді; обсягу, глибини та системності знань (в межах Програми); рівнів сформованості навчальних та предметних умінь і навичок, володіння розумовими операціями (аналізу, синтезу, порівняння, класифікації, узагальнення тощо); самостійності оцінних суджень.

Таблиця відповідності рівнів компетентності значенням 200-бальної шкали оцінювання відповідей вступників під час фахового випробування

Рівень компетентності	Шкала оцінювання	Національна шкала оцінювання
Початковий відповіді вступника невірні, фрагментарні, демонструють нерозуміння програмового матеріалу в цілому	0-99	незадовільно
Середній відповіді вступника визначаються розумінням окремих аспектів питань програмного матеріалу, але характеризуються поверховістю та фрагментарністю, при цьому допускаються окремі неточності у висловленні думки	100-149	задовільно
Достатній відповіді вступника визначаються правильним і глибоким розумінням суті питання програмного матеріалу, але при цьому допускаються окремі неточності не принципового характеру	150-179	добре
Високий відповіді вступника визначаються глибоким розумінням суті питання програмного матеріалу	180-200	відмінно

Структура оцінки

1. Теоретичні відповіді на висвітлені питання в програмі фахового іспиту, які є рівні між собою по вартості.
2. Комісія може поставити уточнюючі питання, але виключно в межах питання, які висвітлені в екзаменаційному білеті.

**ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ФАХОВОГО ІСПИТУ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ А4 «СЕРЕДНЯ
ОСВІТА (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА)» ДЛЯ ВСТУПНИКІВ НА НАВЧАННЯ ДЛЯ
ЗДОБУТТЯ СТУПЕНЯ МАГІСТРА НА ОСНОВІ НРК 6, НРК 7**

1. Розкрити поняття фізичної культури як соціального явища. Охарактеризувати систему фізичного виховання України на сучасному етапі.
2. Охарактеризувати принципи фізичного виховання.
3. Висвітлити засоби та методи фізичного виховання.
4. Розкрити теоретичні і методичні основи навчання руховим діям.
5. Описати методiku розвитку сили як рухової якості.
6. Описати методiku розвитку швидкості як рухової якості.
7. Описати методiku розвитку витривалості як рухової якості.
8. Описати методiku розвитку спритності як рухової якості.
9. Описати методiku розвитку гнучкості як рухової якості.
10. Охарактеризувати урок фізичної культури як основну форму занять з фізичного виховання.
11. Описати методiku визначення та регулювання навантаження на заняттях фізичною культурою.
12. Розкрити основи планування, контролю та обліку у процесі фізичного виховання. Описати основні документи планування і контролю предмету «Фізична культура» у закладах загальної середньої освіти.
13. Охарактеризувати завдання і форми позаурочної та позакласної роботи з фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти.
14. Охарактеризувати позашкільні форми фізичного виховання учнівської молоді.
15. Розкрити завдання і методiku фізичного виховання дітей переддошкільного та дошкільного віку.
16. Розкрити завдання і особливості методики фізичного виховання учнів різного шкільного віку.
17. Розкрити основи фізичного виховання у закладах професійно-технічної освіти.
18. Розкрити основи фізичного виховання у закладах вищої освіти.
19. Охарактеризувати систему фізичної підготовки у Збройних силах України.
20. Розкрити основи фізичного виховання дорослого населення.
21. Розкрити зміст національних систем гімнастики (кінець XVIII – кінець XIX ст.).
22. Розкрити класифікацію видів гімнастики.
23. Охарактеризувати засоби гімнастики.
24. Висвітлити мету і головні завдання фізкультурної освітньої галузі початкових класів Нової української школи.
25. Розкрити значення та особливості гімнастичної термінології.
26. Розкрити методичні особливості навчання стройових вправ.
27. Розкрити методiku проведення загально-розвиваючих вправ (ЗРВ).
28. Описати основні вимоги та принципи проведення сучасного уроку фізичної культури за Модельною навчальною програмою «Фізична культура. 5-6 класи»
29. Охарактеризувати предмет навчання у змістових лініях «Базова рухова активність», «Ігрова та змагальна діяльність учнів», «Піклування про стан здоров'я та безпеку» початкових класів Нової української школи.
30. Охарактеризувати зміст занять та очікувані результати навчання в 1-2 класах Нової української школи.
31. Охарактеризувати методiku розвитку рухових якостей у гімнастиці методом колового тренування.
32. Охарактеризувати зміст занять та очікувані результати навчання в 3-4 класах Нової української школи.
33. Охарактеризувати види страхування та допомоги у навчанні гімнастичних вправ.

34. Розкрити засоби навчання здобувачів вищої освіти самострахуванню під час виконання гімнастичних вправ.
35. Висвітлити мету, ціннісні орієнтири та завдання Модельної навчальної програми «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти.
36. Розкрити особливості проведення уроків зі спортивних ігор.
37. Розкрити методику навчання подачам м'яча різними способами у настільному тенісу.
38. Охарактеризувати методику навчання нападаючому удару різними способами у настільному тенісу.
39. Висвітлити методику навчання захисним діям у настільному тенісу.
40. Охарактеризувати методику навчання техніки прийому та передачі м'яча у волейболі..
41. Охарактеризувати методику навчання техніки нападаючого удару у волейболі.
42. Охарактеризувати методику навчання техніки подачі м'яча у волейболі
43. Схарактеризувати методику навчання блокуванню у волейболі
44. Охарактеризувати методику навчання передачі м'яча двома руками від грудей у баскетболі.
45. Охарактеризувати методику навчання веденню м'яча у баскетболі.
46. Охарактеризувати методику навчання кидка однією рукою в стрибку у баскетболі.
47. Охарактеризувати методику навчання техніки удару по м'ячу у футболі
48. Охарактеризувати методику навчання техніки удару по м'ячу головою у футболі.
49. Охарактеризувати методику навчання техніки виконання зупинки м'яча внутрішньою частиною стопи після його відскоку від землі у футболі.
50. Охарактеризувати методику навчання техніки ведення м'яча у футболі.
51. Розкрити значення легкої атлетики у фізичному вихованні учнів різних вікових груп.
52. Розкрити методику та послідовність навчання техніки метання малого м'яча та гранати з розбігу.
53. Розкрити методику навчання техніці стрибка у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги»..
54. Розкрити методику навчання бігу на короткі дистанції.
55. Розкрити методику навчання бігу на середні дистанції.
56. Охарактеризувати методику навчання техніки плавання кролем на грудях.
57. Охарактеризувати методику навчання основних базових навичок в плаванні.
58. Охарактеризувати методику навчання техніки плавання брасом.
59. Охарактеризувати методику оцінювання освітніх досягнень за Модельною навчальною програмою «Фізична культура. 5-6 класи».
60. Розкрити засади формування основних компетентностей учнів/учениць початкових класів Нової української школи.
61. Охарактеризувати поняття «адаптивне фізичне виховання». Розкрити його мету і завдання.
62. Висвітлити роль адаптивного фізичного виховання в соціальній інтеграції та адаптації осіб з обмеженими можливостями.
63. Розкрити зміст та походження понять «менеджмент» і «спортивний менеджмент» у сфері фізичної культури і спорту.
64. Охарактеризувати основні методи управління фізкультурно-спортивними організаціями.
65. Висвітлити історію зародження та розвитку оздоровчого фітнесу.
66. Розкрити основні принципи проведення занять з фітнесу аеробного та силового спрямувань.
67. Охарактеризувати структуру побудови занять з фітнесу аеробного та силового спрямувань.
68. Охарактеризувати значення музичного супроводу на заняттях з оздоровчого фітнесу.
69. Розкрити поняття ментального фітнесу як одного з різновидів оздоровлення.
70. Розкрити концептуальні підходи до формування змісту і структури уроку в початкових класах Нової української школи.

71. Розкрити методику оздоровлення дітей початкових класів Нової української школи.
72. Охарактеризувати методику навчання способам рухової діяльності учнів початкових класів Нової української школи.
73. Охарактеризувати методику розвитку фізичних (рухових) якостей учнів початкових класів Нової української школи.
74. Розкрити методику застосування рухливих ігор, естафет, елементів спортивних ігор для активного відпочинку учнів початкових класів Нової української школи.
75. Охарактеризувати методику контролю і оцінювання освітніх досягнень учнів/учениць початкових класів Нової української школи.

Практичні завдання:

1. Скласти комплекс загально-розвиваючих вправ з гімнастичною палицею.
2. Скласти комплекс загально-розвиваючих вправ зі скакалкою.
3. Скласти комплекс загально-розвиваючих вправ з гантелями.
4. Скласти комплекс загально-розвиваючих вправ з набивними м'ячами.
5. Скласти комплекс загально-розвиваючих вправ з гімнастичною лавою.
6. Скласти комплекс загально-розвиваючих вправ біля гімнастичної стінки.
7. Скласти комплекс загально-розвиваючих вправ в парах.
8. Скласти комплекс вправ спрямованих на розвиток швидкісно-силових якостей.
9. Скласти комплекс вправ спрямованих на розвиток спритності.
10. Скласти комплекс вправ спрямованих на розвиток рівноваги.
11. Скласти комплекс вправ спрямованих на розвиток вибухової сили.
12. Скласти комплекс вправ спрямованих на розвиток відносної сили.
13. Скласти комплекс вправ спрямованих на розвиток швидкості рухової реакції.
14. Скласти комплекс вправ спрямованих на розвиток гнучкості.
15. Скласти комплекс підвідних вправ для навчання перекидів.
16. Скласти комплекс вправ для вивчення приземлення під час розучування опорних стрибків.
17. Скласти комплекс вправ для вивчення наскоку на місток і поштовху ногами під час розучування опорних стрибків.
18. Скласти комплекс вправ для вивчення поштовху руками під час розучування опорних стрибків.
19. Скласти комплекс спеціально-підготовчих вправ для вивчення стрибків у довжину способом «зігнувши ноги».
20. Скласти комплекс спеціально-підготовчих вправ для вивчення стрибків у висоту способом «переступанням».
21. Скласти комплекс спеціально-підготовчих вправ для вивчення бігу на короткі дистанції.
22. Скласти комплекс спеціально-підготовчих вправ для вивчення метання м'яча та гранати.
23. Скласти комплекс виробничої гімнастики для водія.
24. Скласти комплекс виробничої гімнастики для швачки.
25. Скласти комплекс виробничої гімнастики для оператора ПК.
26. Скласти комплекс ранково-гігієнічної гімнастики для дівчат старшого шкільного віку.
27. Скласти комплекс ранково-гігієнічної гімнастики для хлопців старшого шкільного віку.
28. Скласти комплекс гімнастики до занять для дітей молодшого шкільного віку.
29. Скласти комплекс вправ профілактики плоскостопості для дітей молодшого шкільного віку.
30. Скласти комплекс вправ формування навичок правильної постави для дітей молодшого шкільного віку

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Безкопильний О. О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі: теорія та методика: монографія. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2020. 552 с.
2. Бірук І.Д.. Настільний теніс : навч. метод. посіб. Рівне : НУВГП, 2014. 164 с.
3. Боднар І.Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання у спеціальній медичній групі : навч. посіб. для студ. ф-тів фіз. виховання вищ. навч. закл. Львів: [б. в.], 2013. 187 с.
4. Боляк А.А., Коломоєць Г.А., Ребрина А.А., Боляк Н.Л. Нова українська школа : методика навчання фізичної культури у 1–4 класах закл. заг. сер. освіти : навч.-метод. посіб. Київ : Видавничий дім «Освіта», 2021. 160с.
5. Бубело О.Ю. Гімнастика в системі фізичного виховання лекція. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/7466/1/1.pdf>
6. Василюк В.М.. Основи футболу : навч. метод. посіб. Рівне : О.Зень, 2014. 264 с.
7. Василюк В., Ярмошук О. Історія фізичної культури : навч. посіб. Рівне : О.Зень, 2025. – 320 с.
8. Василюк В., Ярмошук О. Основи футболу : навч. посіб. Рівне : О.Зень, 2025. – 268 с.
9. Веселовський АП., Максим'як ВМ., Телятник ВМ., Ніконець АВ. Футбол, міні-футбол та методика їх викладання: навч. посіб. Дрогобич: Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2014. 66 с.
10. Воловик Н.. Основи оздоровчого фітнесу : навч. посіб. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. 240 с.
11. Всеосвіта. Методичні особливості формування у молодших школярів життєвих компетентностей фізичного здоров'я відповідно до вимог НУШ. URL: <https://vseosvita.ua/library/statta-na-temu-metodicni-osoblivosti-formuvanna-u-molodsikh-skolariv-zittevih-kompetentnostej-fizicnogo-zdorova-vidpovidno-do-vimog-nus-292690.html>
12. Вступ до спеціальності галузі знань 017 «Фізична культура і спорт», 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)»: навч.-метод. посіб. / Кіндрат В. К., Чалій Л. В., Кашуба А. А. та ін. Рівне: РВВ «СОМ-ЦЕНТР», 2018. 206 с. URL: <http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/16621/>
13. Глазирін І.Д. Плавання : навч. посіб. Київ: Кондор, 2006. 502с.
14. Гнітецька Т. В. Теорія і методика фізичного виховання. Практикум [Текст]: навч. посіб. Луцьк : Вежа-друк, 2021. 284 с.
15. Гоголь Т.В., Кашуба А.А., Ковальський В.В., Кіндрат В.К., Ярмошук О.О. Організація та методологія наукових досліджень здобувачів вищої освіти спеціальностей: 017 «Фізична культура і спорт» та 014 «Середня освіта (фізична культура)». Навчальний посібник, Рівне: РВВ «СОМ-ЦЕНТР», 2024. 180с. <http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/16588/>
16. Грициляк С.М., Поляковський В.І., Сацик А.І.. Формування координаційних здібностей учнів 5-6 класів у процесі занять баскетболом : метод. розробка. Луцьк : Вежа-Друк, 2013. 30 с.
17. Державний стандарт базової середньої освіти: Постанова Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 р. № 898 (зі змінами). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-%D0%BF#n16>
18. Державний стандарт початкової освіти: Постанова Кабінету Міністрів України 21 лютого 2018 р. № 87 (зі змінами від 24 липня 2019 р. № 688). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF#n12>
19. Дубогай О.Д., Завацький В.І., Короп Ю.О.. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи [Текст] : навч. посіб. для студ. вищих і сер. спец. навч. закл. Луцьк : Надстир'я, 1994. 220 с.
20. Жуковський Є.І., Мичка І.В., Булгаков О.І.. Настільний теніс : метод. рекомендації.

Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2021, 65 с.

21. Закон України Про фізичну культура і спорт. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

22. Іваськів С.М. Плавання з методикою викладання. Тернопіль, ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2003. 108 с.

23. Іваськів С.М., Єрусалимець К.Г.. Плавання з методикою викладання : Тестові завдання. Тернопіль, ТНПУ ім. В.Гнатюка, 2005 р. 63 с.

24. Караулова С.І. Легка атлетика з методикою викладання. Аналіз техніки стрибків у довжину з розбігу : навч. метод. посіб. для студентів факультету фізичного виховання всіх спеціальностей. Запоріжжя, 2010. 60 с.

25. Караулова С.І., Маліков М.В., Богдановська Н.В., Легка атлетика: історія, техніка, методика навчання: навч. посіб. для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» факультетів фізичного виховання вищих навчальних закладів напрямів підготовки "Фізичне виховання", "Здоров'я людини", "Спорт". Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2014. 231 с.

26. Караулова С.І. Легка атлетика з методикою викладання: стрибки у висоту з розбігу : навч. метод. посіб. для студентів факультету фізичного виховання всіх напрямів підготовки. Запоріжжя, 2012. 70 с.

27. Кіндрат В.К., Мамчур С.Л., Ярмошук О.О., Власюк Г.І. Термінологія вправ основної гімнастики : навч. посіб. Рівне : Волин. береги, 2015. 152 с.

28. Кіндрат В.К., Семенович С.В. Легка атлетика з методикою викладання : навч. метод. посіб. Рівне : РДГУ, 2009. 134 с.

29. Кіндрат В.К., Чалій Л.В., Панчук А.П.. Основи лижної підготовки : навч. метод. посіб. Рівне : Волин. береги, 2016. 252 с.

30. Ковальчук Н.М., Ніколаєв Ю.М., Санюк В.І. та ін. Гімнастика та методика її викладання : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 324 с.

31. Ковальчук Н.М., Санюк В.І.. Загальноорозвивальні вправи та їх конструювання : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Редакційно-видавничий відділ "Вежа" Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк, 2007. 104 с.

32. Ковальчук Н.М., Санюк В.І.. Стройові вправи як засіб фізичного виховання: методичні рекомендації Луцьк: Вежа-Друк, 2016. 68 с.

33. Компендіум професійних дисциплін із підготовки бакалаврів спеціальності 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)»: навч. посіб. / Гоголь Т. В., Кашуба А. А., Ковальський В. В. Рівне, 2024. 167 с. URL: <http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/16590/>

34. Концепція Нової української школи. (2016). URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>

35. Концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року: Розпорядження Кабінету Міністрів України від 14 грудня 2016 р. № 988-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/988-2016-%D1%80#Text>

36. Криштанович С., Холявка В. Менеджмент і маркетинг у фізичній культурі і спорті : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2018. 176 с.

37. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5–6 клас» для закладів загальної середньої освіти (автори: Педан О. С., Коломоєць Г. А., Боляк А. А. та ін.). «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» (наказ від 17.08.2022 № 752). URL: <https://bit.ly/3D1VJGA>

38. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 7–9 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Баженов Є. В., Коломоєць Г. А., Боляк А. А. та ін.). «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» (наказ від 24 липня 2023 р. № 883). URL: https://drive.google.com/file/d/1liRhN5bsyA_vhZJlq27tOkctLLDLZ1bB/view

39. Модельна навчальна програма НУШ 5 клас. URL: <https://naurok.com.ua/modelna-navchalna-programa-nush-5-klas-346786.html>

40. Ніколаєв Ю.М., Ковальчук Н.М., Санюк В.І. та ін. Гімнастика : навч.-метод. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2014. 264 с.
41. Нова українська школа. *Інститут модернізації змісту освіти*. URL: <https://imzo.gov.ua/osvita/nush/>
42. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи / МОН України. 2016. 40 с.
43. Нова українська школа. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти. Фізкультурна освітня галузь (1-4 клас) / під керівн. Р.Б.Шияна (затв. Колегією МОН 22.02.2018 року). [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua>app>tipovaosvitnyaprograma> + <https://osvita.ua/school/program/program-1-4/60408/>
44. Нова українська школа: порадник для вчителя / за заг. ред. Н. М. Бібік. Київ: Літера ЛТД, 2018. 160 с.
45. Осадченко Т.М., Семенов А.А., Ткаченко В.Т. Адаптивне фізичне виховання : навч. посіб. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 210 с.
46. Основи баскетболу у запитаннях та відповідях: навч.-метод. посіб. / Кіндрат В. К., Кашуба А. А. Рівне: СОМ-ЦЕНТР, 2013. 127 с. URL: <http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/16622/>
47. Основи баскетболу: навч.-метод. посіб. / Кіндрат В. К., Кашуба А. А., Панчук А. П. Рівне: Волинські обереги, 2015. 200 с. URL: <http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/16624/>
48. Поплавский Л.Ю. Баскетбол. Київ : Олімпійська література, 2004. 447 с.
49. Програма «Фізична культура 1–4 класи». URL: <https://vseosvita.ua/library/fizichna-kultura-1-4-klasi-zagalnoosvitnih-navcalnih-zakladiv-285803.html>
50. Професійний стандарт «Вчитель закладу загальної середньої освіти, вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти» / Міністерство освіти і науки України. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/zatverdzheno-profstandart-vchitelya-pochatkovih-klasiv-vchitelya-zakladu-zagalnoyi-serednoyi-osviti-i-vchitelya-z-pochatkovoyi-osviti>
51. Семенович С.В., Кіндрат В.К., Хомченко М.М.. Атлетизм з методикою викладання : навч. метод. посіб. Рівне : Волин. обереги, 2015. 144 с.
52. Соломонко В.В.. Футбол. Київ : Олімпійська література, 1997. 227 с.
53. Стандарт вищої освіти України перший (бакалаврський) рівень, галузь знань 01 Освіта / Педагогіка, спеціальність 014 Середня освіта (за предметними спеціальностями): проект / Накази Міністерства освіти і науки України № 375 від 6 квітня 2016 р., № 1041 від 14 липня 2017 р. Київ, 2023. 51 с.
54. Стандарт вищої освіти України, другий (магістерський) рівень, галузь знань 01 Освіта / Педагогіка, спеціальність 014 Середня освіта (за предметними спеціальностями). URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/gromadske-obgovorennya/2023/03/20/НО-royekt.stand.VO.014-Serednya.osvita.na.druhому-mahister.rivni.20.03.2023.doc>
55. Теорія і методика фізичного виховання [Текст] : в 2 т. [підручник для студ. ВНЗ] / за ред. Т.Ю. Круцевич [3-тє вид. без змін]. Київ : “Олімп. література”, 2018. 1т. 384 с, 2 т. 448 с.
56. Тулайдан В.Г.. Оздоровчий фітнес : навч. посіб. Львів : «Фест-Прінт», 2020. 139с.
57. Худолій О.М. Основи викладання гімнастики : навч. посіб. Ч. 1. Харків : ОВС, 2004. 414 с.
58. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів [Текст] : підруч. для студ. ВНЗ. [Частина 1, 2]. Тернопіль : Навчальна книга - Богдан, 2001 - 2006. Ч.1 272 с., Ч.2 247 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу: Ч.1: <https://www.slideshare.net/lanalana63/shiyan-bmteoriyatametodikafizichnogovihovannya>; Ч.2: <http://194.44.152.155/elib/local/sk697212.pd>
59. Шиян Б.М., Омеляненко І.О.. Теорія і методика фізичного виховання школярів [Текст] : навч. посіб. в 2 ч., Ч. 2. Тернопіль : Навчальна книга «Богдан», 2012. 304 с.
60. Яценюк В.Х. Волейбол : навч. метод. посіб. Івано-Франківськ, 2005. 113с.

ІНФОРМАЦІЙНИЙ РЕСУРС

1. <http://www.rshu.edu.ua> – сайт Рівненського державного гуманітарного університету
2. <http://library.rshu.edu.ua> – сайт наукової бібліотеки Рівненського державного гуманітарного університету
3. <https://som.rv.ua> – сайт кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту РДГУ
4. <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12> – Закон України «Про фізичну культуру і спорт»
5. <http://www.president.gov.ua/documents/422016-19772> – указ президента України Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя – здорова нація»
6. <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004> – указ президента України Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту
7. <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/29388> – Постанова Кабінету Міністрів України Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року
8. www.students.net.ua – український освітній портал для студентства
9. www.znz.edu-ua.net – освітній портал нормативно-правового і програмно-методичного забезпечення в загальноосвітніх навчальних закладах України
10. www.osvita.org.ua – освітній портал, що містить структуровані освітні ресурси України, базу даних ВНЗ України і Росії.
11. www.school.edu-ua.net – освітній сайт, який представляє в інтернеті українські навчальні програми, підручники, довідники, методичні посібники
12. <http://www.cippe.edu-ua.net/akt.htm> – дистанційне навчання в післядипломній педагогічній освіті
13. www.udl.org.ua – українська система дистанційного навчання
14. <http://www.ilias.univ.kiev.ua> – відкрита міжнародна система (засоби для публікації навчальних курсів)
15. www.education.gov.ua – сайт Міністерства освіти і науки України
16. www.nbuv.go.ua – сайт бібліотеки ім. В. Вернадського
17. www.irbis.npu.edu.ua – сайт бібліотеки УДУ ім. М. Драгоманова
18. <https://osvita.ua/school/program/program-1-4/60407/> – Типова освітня програма, розроблена під керівництвом О. Я. Савченко.
19. <https://osvita.ua/school/program/program-1-4/60408/> – Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Р. Б. Шияна.