

Львівський державний університет фізичної культури
Кафедра Теорії і методики фізичної культури

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Проректор з навчальної
та виховної роботи
Ф.В.Музика

“ _____ ” _____ 2018 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Теорія і методика фізичного виховання різних
груп населення**

ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ	01. Освіта
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ	014 Середня освіта
ПРЕДМЕТНА СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ	014.11 Середня освіта (фізична культура)
РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ	другий (магістерський)
СТУПІНЬ	магістр
ОСВІТНЯ КВАЛІФІКАЦІЯ	магістр освіти (за предметною спеціалізацією «Фізична культура»), викладач фізичної культури

Робоча програма «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення» для студентів з галузі знань - 01. Освіта, спеціальності - 014 Середня освіта, предметної спеціалізації - 014.11 Середня освіта (фізична культура), другого (магістерського) рівня вищої освіти, ступеня – магістр, освітньої кваліфікації - магістр освіти (за предметною спеціалізацією «Фізична культура»), викладач фізичної культури. „___” _____, 20__ року. - __ с.

Розробники:

Маланчук Галина Григорівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри Теорії і методики фізичної культури.

Протокол від “___” _____ 20__ року № ___

Завідувач кафедри професор Боднар Іванна Романівна

(Боднар І.Р.)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

“___” _____ 20__ року

Схвалено методичною комісією вищого навчального закладу

Протокол від “___” _____ 20__ року № ___

“___” _____ 20__ року

Голова _____ (Петрина Р.Л.)

(підпис) (прізвище та ініціали)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів 3	Галузь знань: 01. Освіта	Нормативна (за вибором)	
Модулів 3	Спеціальність - 014 Середня освіта предметна спеціалізація - 014.11 Середня освіта (фізична культура)	Рік підготовки:	
Змістових модулів 4		5-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ (назва)		Семестр	
Загальна кількість годин 90		9-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних 2 самостійної роботи студента 4	Рівень вищої освіти: магістр	Лекції	
		14 год.	
		Семінарські	
		16 год.	
		Лабораторні	
		-	
		Самостійна робота	
60 год.			
Індивідуальні завдання -			
Вид контролю: іспит			

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 1:1

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення» є поглиблення знань інноваційного характеру для вирішення проблемних професійних завдань у галузі «фізичне виховання і спорт».

Основними завданнями вивчення дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення» є забезпечення формування широкої наукової ерудиції та розвиток здібностей творчого теоретичного мислення.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- історико-логічний аналіз становлення теорії і методики фізичного виховання як наукової та навчальної дисципліни.;
- законодавчі та програмно-нормативні засади фізичного виховання;
- теоретико-методичні основи організації фізичного виховання в установах системи фізичного виховання;
- основи побудови процесу навчання руховим діям і розвитку фізичних якостей;
- зміст, засоби та методи фізичного виховання;
- управління процесом фізичного виховання;
- соціально-освітні та програмно-нормативні засади фізичного виховання студентів закладів вищої освіти;
- теоретико-методичні аспекти фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.

вміти:

- творчо використовувати отримані знання з теорії і методики різних груп населення при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань;
- визначати завдання фізичного виховання; володіти основами методик навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей;

- оцінювати і аналізувати рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості осіб різного віку;
- планувати, організовувати і здійснювати роботу з фізичного виховання осіб різного віку;
- організовувати спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи з особами різного віку;
- формувати в дітей, студентів систему знань і свідому потребу в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом, навички ведення здорового способу життя;
- орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі, здійснювати науково-дослідну роботу з проблем фізичного виховання осіб різного віку;
- володіти методами наукових досліджень з проблем ТiМФВ.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Історико-логічний аналіз становлення теорії і методики фізичного виховання як наукової та навчальної дисципліни.

Тема 1. Історичний аналіз розвитку ТiМФВ як наукової та навчальної дисципліни.

Тема 2. Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні. Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності.

Змістовий модуль 2. Загальна характеристика фізичного виховання як педагогічного процесу.

Тема 1. Проблематика точної постановки завдань у фізичному вихованні. Аналіз сутнісного змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання.

Тема 2. Сучасна систематика засобів і методів фізичного виховання, проблематика їх удосконалення. Концепція побудови занять у фізичному вихованні.

Тема 3. Проблематика формування особистості у процесі фізичного виховання.

Змістовий модуль 3. Основні аспекти методики фізичного виховання.

Тема 1. Проблематика формування фізкультурних знань, рухових вмінь і навичок.

Тема 2. Основи методики розвитку рухових якостей.

Змістовий модуль 4. Управління процесом фізичного виховання.

Тема 1. Теоретичні основи управління фізичним вихованням. Прогнозування занять та контроль у фізичному вихованні.

Тема 2. Основи управління процесом фізичного виховання дорослого населення. Особливості методики фізичного виховання дорослого населення.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усь ого	у тому числі					усь ого	у тому числі				
		л	п	ла б	ін д	с. р.		л	п	ла б	ін д	с. р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1												
Змістовий модуль 1. Історико-логічний аналіз становлення теорії і методики фізичного виховання як наукової та навчальної дисципліни.												
Тема 1. Історичний аналіз розвитку ТіМФВ як наукової та навчальної дисципліни.	12	2	1			9	12	2	1			9
Тема 2. Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні. Стан та актуальні проблеми реформування системи	10		1			9	10		1			9

ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності.												
Разом за змістовим модулем 1	22	2	2			18	22	2	2			18
Модуль 2												
Змістовий модуль 2. Загальна характеристика фізичного виховання як педагогічного процесу.												
Тема 1. Проблематика точної постановки завдань у фізичному вихованні. Аналіз сутнісного змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання.	10	2	2			6	10	2	2			6
Тема 2. Сучасна систематика засобів і методів фізичного виховання, проблематика їх удосконалення. Концепція побудови занять у фізичному вихованні.	10	2	2			6	10	2	2			6
Тема 3. Проблематика формування особистості у процесі фізичного виховання.	8		2			6	8		2			6
Разом за змістовим модулем 2	28	4	6			18	28	4	6			18
Змістовий модуль 3. Основні аспекти методики фізичного виховання.												
Тема 1. Проблематика формування фізкультурних знань, рухових вмінь і навичок.	10	2	2			6	10	2	2			6
Тема 2. Основи методики розвитку рухових якостей.	10	2	2			6	10	2	2			6

Разом за змістовим модулем 3	20	4	4			12	20	4	4			12
Модуль 3												
Змістовий модуль 4. Управління процесом фізичного виховання.												
Тема 1. Теоретичні основи управління фізичним вихованням. Прогнозування занять та контроль у фізичному вихованні.	10	2	2			6	10	2	2			6
Тема 2. Основи управління процесом фізичного виховання дорослого населення. Особливості методики фізичного виховання дорослого населення.	10	2	2			6	10	2	2			6
Разом за змістовим модулем 4	20	4	4			12	20	4	4			12
	90	14	16			60	90	14	16			60
ІНДЗ			-	-		-			-	-		-
Усього годин	90	14	16			60	90	14	16			60

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Модуль 1		
1	Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна. Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання як науки. Аналіз світоглядних, правових, програмно-нормативних, теоретико-методичних та організаційних основ сучасної системи фізичного виховання в Україні. Перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні. Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності.	2
Модуль 2		

2	Проблематика точності постановки завдань у фізичному вихованні. Аналіз сутнісного змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання. Характеристика засобів фізичного виховання, їх класифікація. Характеристика методів фізичного виховання, їх класифікація.	2
3	Проблематика організації процесу фізичного виховання. Особливості методики формування бажання займатись фізичними вправами. Проблематика формування особистості у процесі фізичного виховання.	2
4	Чинники, які обумовлюють методику фізичного виховання. Проблематика формування фізкультурних знань.	2
Модуль 3		
5	Проблематика формування рухових вмінь та навичок. Теорія рухових здібностей і фізичних якостей індивіда.	2
6	Методичні аспекти визначення рухових здібностей та розвитку фізичних якостей індивіда. Управління фізичним вихованням.	2
Модуль 4		
7	Моделювання у фізичному вихованні. особливості програмування занять фізичними вправами для осіб різного віку. Контроль у фізичному вихованні.	2
8	Основні напрями фізичного виховання дорослого населення та їх характеристика. Особливості методики фізичного виховання дорослого населення.	2

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Історико-логічний аналіз становлення теорії і методики фізичного виховання як наукової та навчальної дисципліни. Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні. Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності.	10
2	Загальна характеристика фізичного виховання як педагогічного процесу.	10
3	Основні аспекти методики фізичного виховання.	10
4	Управління процесом фізичного виховання.	10

5	Соціально-освітні та програмно-нормативні засади фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.	10
6	Теоретико-методичні аспекти фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.	10
	Разом	60

6. Індивідуальні завдання

1. Ознайомитись із сучасним тлумаченням основних вихідних понять в ТiМФВ.
2. Підготуватись до дискусії «Сучасні підходи до тлумачення понять: „фізична культура особистості, фізичний розвиток, фізичні якості».
3. Підготувати реферат відповідно змісту модуля (тематика додається).
4. Підготуватись до дискусії «Оцінка можливостей реалізації Національної доктрини, перешкоди у її виконанні».
5. Підготувати повідомлення про засоби фізичного виховання, що недостатньо висвітлені у поширених науково-методичних публікаціях.
6. Зробити письмовий аналіз класифікації методів фізичного виховання які пов'язані з нормуванням і управлінням навантаження в процесі виконання фізичних вправ.
7. Підготуватись до дискусії (культура мовлення викладача як складова професійної майстерності).
8. Ознайомитись із сучасним методологічними основами теорії навчання рухових дій.
9. Ознайомитись із сучасним тлумаченням «рухові задатки», «рухові здібності», «рухові якості», «рухова обдарованість», «талант», та визначенням взаємозв'язку між ними.
10. Підготувати реферат відповідно змісту модуля (тематика додається).
11. Ознайомитись із сучасним тлумаченням поняття управління в ТiМФВ.
12. Підготуватись до участі в олімпіаді з ТiМФВ.
13. Підготуватись до участі в конференції з ТiМФВ.
14. Підготувати реферат відповідно змісту модуля (тематика додається).
15. Підготувати доповідь «Використання моделювання у дослідницькому прогнозуванні (за даними сучасних наукових досліджень у ФВ)».
16. Зробити письмовий аналіз архітекtonіки та змісту програми з ФВ студентів закладів вищої освіти.
17. Підготувати доповідь на «круглий стіл» на тему «Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності».
18. Підготуватись до підсумкової контрольної роботи за змістом модуля.
19. Ознайомитись із сучасним досвідом організації позанавчальних занять з ФВ студентів у закладів вищої освіти.
20. Підготувати реферат відповідно змісту модуля (тематика додається).
21. Розробити комплекс вправ для самостійних занять студентів спеціального навчального відділення (групи А, Б, В – за вибором студента).

8. Тематика рефератів

1. Місце ТiМФВ в системі наукових знань у сучасному суспільстві.
2. Фактори, що забезпечують функціонування системи ФВ у сучасному суспільстві.
3. Традиції української народної культури, як передумова формування національної системи ФВ.
4. Внесок українських педагогів другої половини ХІХ першої половини ХХ століття у розвиток теорії і практики ФВ.
5. Сучасний стан системи ФВ в Україні (правові, програмно-нормативні, теоретико-методичні, організаційні основи).
6. Шляхи реформування національної системи ФВ в Україні.
7. **Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності.**
8. Аналіз історично сформованих соціальних систем фізичного виховання у різних регіонах світу (за вибором студента).
9. Аналіз сучасних педагогічних систем фізичного виховання (за вибором студента).
10. Методологічні основи теорії навчання рухових дій.
11. Теорія побудови і управління рухами Н.А.Берштейна.
12. Методи ідеомоторного тренування та сенсорного орієнтування, що використовується в процесі навчання рухових дій.
13. Роль термінової інформації в процесі навчання рухових дій.
14. Вчення про сенситивні періоди природного розвитку рухових якостей.
15. Особливості жіночого організму та специфічні особливості силової підготовки дівчат та жінок.
16. Алгоритм розвитку простої та складної рухової реакції.
17. Особливості розвитку рухових якостей осіб другого зрілого віку.
18. Теоретико-методичні основи попереднього контролю.
19. Теоретико-методичні основи оперативного контролю.
20. Теоретико-методичні основи поточного контролю.
21. Теоретико-методичні основи етапного контролю.
22. Педагогічний контроль як чинник підвищення мотивації учнів (студентів, дорослого населення) до занять фізичною культурою.
23. Застосування технічних засобів термінової інформації у педагогічному контролі.
24. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні студентів :
 - на прикладі фітнес-програм, що базуються на видах рухової активності аеробної спрямованості;
 - на прикладі фітнес-програм, що базуються на видах оздоровчої гімнастики;
 - на прикладі фітнес-програм, що базуються на видах рухової активності силової спрямованості;
 - на прикладі фітнес-програм, що базуються на сполученні видів оздоровчої гімнастики та занять силової спрямованості (за вибором студента).

24. Використання нетрадиційних систем оздоровлення і фізичного вдосконалення у ФВ студентів.
25. Використання нетрадиційних видів спорту у поза навчальній роботі з ФВ студентів.
26. Використання сучасних комп'ютерних технологій у ФВ студентів.

9. Методи навчання

Словесні, наочні

10. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та письмовій формах.

1. Опитування.
2. Перевірка завдань для самостійної роботи.
3. Перевірка матеріалів самопідготовки.
4. Виконання завдань практичних занять.

Підсумковий контроль – іспит.

Екзаменаційні вимоги

1. Предмет ТiМФВ як науки і навчальної дисципліни.
2. Джерела виникнення і розвитку ТiМФВ.
3. Основні історичні етапи розвитку ТiМФВ та їх характеристика.
4. Внесок українських педагогів в теорію ФВ (друга половина ХІХ - перша половина ХХ ст.).
5. Система фізичного виховання (ФВ) як поняття теорії фізичного виховання.
6. Чинники, що зумовлюють виникнення і функціонування фізичного виховання.
7. Специфічність завдань фізичного виховання.
8. Освітні завдання.
9. Оздоровчі завдання.
10. Виховні завдання.
11. Сутність змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання.
12. Загальні (соціальні) принципи ФВ.
13. Педагогічні (дидактичні) принципи фізичного виховання.
14. Специфічні принципи ФВ.
15. Взаємозв'язки між завданнями і принципами фізичного виховання, як складовими даного педагогічного процесу.
16. Засоби фізичного виховання як складові педагогічного процесу.
17. Чинники, що визначають дію фізичних вправ.
18. Аналіз підходів до класифікації засобів фізичного виховання, та ознак цих класифікацій.
19. Класифікація вправ за переважною цільовою спрямованістю їх використання.
20. Класифікація вправ за їх переважною дією на розвиток окремих якостей (здібностей) людини.
21. Класифікація вправ за переважним проявом певних рухових умінь і навиків.

22. Класифікація вправ за структурою рухів. В цьому випадку вправи підрозділяються на циклічні, ациклічні і змішані.
23. Класифікація вправ, побудована за переважною дією на розвиток окремих м'язових груп.
24. Класифікація вправ за особливостями режиму роботи м'язів.
25. Класифікація вправ за відмінностями механізмів енергозабезпечення м'язової діяльності, що беруть участь в роботі.
26. Класифікація вправ за інтенсивністю роботи.
27. Природні сили природи і гігієнічні чинники як засоби фізичного виховання.
28. Методи фізичного виховання як складові даного педагогічного процесу.
29. Визначення «метод», «методичний прийом», «поняття методика», «методичний підхід», «методичний напрям».
30. Принципова схема (структура) послідовності дій при розвитку рухових якостей в процесі різних форм фізичного виховання (групи загальної фізичної підготовки, групи здоров'я, спортивні секції і т.п.)
31. Аналіз підходів до класифікації методів фізичного виховання, аналіз критеріїв та ознак цих класифікацій.
32. Практичні методи (методи вправляння).
33. Методи використання слова.
34. Методи демонстрації.
35. Роль та місце фізичної культури у формуванні особистості.
36. Особливості виховання моральних якостей у процесі фізичного виховання.
37. Особливості виховання вольових якостей у процесі фізичного виховання.
38. Особливості виховання естетичних смаків у процесі фізичного виховання.
39. Знання як компонент фізкультурної освіти.
40. Характеристика рухових умінь та навичок і закономірності їх формування.
41. Особливості методики навчання руховим діям різної координаційної складності
42. Методи навчання руховим діям (метод навчання вправ загалом; метод навчання вправ по частинах; метод підвідних вправ).
43. Загальна характеристика сили як фізичної якості людини.
44. Види сили.
45. Засоби удосконалення сили
46. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини.
47. Засоби удосконалення швидкості.
48. Загальна характеристика витривалості.
49. Види витривалості
50. Засоби виховання витривалості.
51. Загальна характеристика гнучкості.
52. Чинники, що зумовлюють прояви гнучкості
53. Засоби удосконалення гнучкості.
54. Загальна характеристика спритності як фізичної якості людини.
55. Методика розвитку та удосконалення рухових якостей.
56. Методика розвитку максимальної сили
57. Методика розвитку вибухової сили

- 58.Методика вдосконалення швидкості рухових реакцій
- 59.Методика вдосконалення швидкості циклічних рухів
- 60.Методика вдосконалення швидкості ациклічних рухових дій
- 61.Методика вдосконалення загальної витривалості
- 62.Методика вдосконалення швидкісної витривалості
- 63.Методика вдосконалення силової витривалості
- 64.Методика розвитку гнучкості
- 65.Методика удосконалення спритності.
- 66.Сутність поняття „управління” в теорії фізичного виховання (ФВ).
- 67.Необхідні умови управління ФВ.
- 68.Моделювання у ФВ.
- 69.Прогнозування у ФВ.
- 70.Алгоритм програмування занять фізичними вправами.
- 71.Визначення раціональних засобів і методів в ФВ заняттях фізичними вправами.
- 72.Визначення раціонального рухового режиму.
- 73.Контроль у фізичному вихованні.
- 74.Корекція програм занять.
- 75.Мета та завдання ФВ дорослого населення.
- 76.Основні напрямки ФВ дорослого населення.
- 77.Розподіл дорослих на групи для занять фізичними вправами.
- 78.Соціально-психологічний портрет студентської молоді.
- 79.Місце ФВ в системі професійної освіти та виховання студентської молоді.
- 80.Програмно-нормативне забезпечення ФВ студентів ЗВО.
- 81.Стан та актуальні проблеми реформування ФВ студентів ЗВО.
82. Форми ФВ студентів ЗВО та їх взаємозв'язок у послідовному формуванні фізичної культури майбутнього фахівця відповідного рівня.
83. Методичні особливості навчальних занять в основному навчальному відділенні.
84. Методичні особливості навчальних занять в спортивному навчальному відділенні.
85. Сучасні підходи до організації позанавчальних форм ФВ студентів у ЗВО.
86. Організація процесу фізичного виховання студентів з послабленим здоров'ям в вищих навчальних закладах.
87. Засоби і методи, що використовуються у навчальних заняттях з дисципліни „Фізичне виховання” у спеціальному навчальному відділенні.
88. Особливості методики і організації заняття з фізичного виховання у студентів спеціального навчального відділення.
- 89.Загальні правила розвитку окремих рухових якостей при відхиленнях в стані здоров'я.
- 90.Особливості методики занять з ФВ студентів з різними захворюваннями.

11. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота				Підсумковий тест (екзамен)	Сума	
	Модуль 1	Модуль 2		Модуль 3		
Активність студента на занятті: виступи, доповнення, участь у диспутах (0-2 бала за заняття)	6	3	3	6	50	100
Підсумкова контрольна робота	6	4	4	6		
Реферат	4	2	2	4		
Максимальна сума за модуль	16	9	9	16		

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

12. Методичне забезпечення

1. Вербицкий А. А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход : метод. пособ. / А. А. Вербицкий. – М. : Высш. шк., 1991. – 207 с.
2. Дінейка К. В. Рух, дихання, психофізичне тренування / К. В. Дінейка. – К. : Здоров'я, 1984. – 168 с.
3. Канішевський С.М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного удосконалення студентства. Вид. Друге, стереотипне – К., 1999 – 270 с.

13. Рекомендована література

Базова

1. Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини (зб.наук.праць). – Львів: ЛДФЕІ, 2003.
2. Боднар І. Інтегративне фізичне виховання школярів різних медичних груп: [монографія], Іванна Боднар. – Л.: ЛДУФК, 2014. – 316 с.
3. Демінський А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: АО Донеччина, 1995. – 520 с.
4. Линець М.М. Основы методики розвитку рухових якостей. – Львів: Штабар, 1997. – 208 с.
5. Масовая физическая культура в вузе: Учеб. пособие под ред. В.А.Маслякова, В.С.Матяжова. – Москва: Высшая школа, 1991.–240 с.
6. Матвеев Л. П. Методика физического воспитания с основами теории : учеб. пособ. для студентов ин-тов и учащихся пед. училищ / Л. П. Матвеев, С. Д. Мельников. – М. : Просвещение, 1991. – 191 с.
7. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания : учебн. для ин-тов физ. культуры / под. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 303 с. ; Т. 2. – 256 с.
8. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / А. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
9. Романенко В.А. Двигательные способности человека. – Донецк: Новый мир, УКЦентр, 1999. – С. 245-296.
10. Романенко В.В., Куц О.С. Рухова активність і фізичний стан студенток вищих навчальних закладів. Вінниця, 2003. – 130 с.
11. Теория и методика физического воспитания. Т.1. Общие основы теории и методики физического воспитания: Учебн. для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта. /Под ред. Т.Ю.Круцевич, К., Олимпийская литература, 2003. – с. 424.
12. Теория и методика физического воспитания. Том 2. Методика физического воспитания различных групп населения /Под.ред. Т.Ю.Круцевич. – К: Олимпийская литература, 2003. – 392 с.
13. Теория и методики физического воспитания: Учебн. для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03. Физ. культура / Под ред. Б.А.Ашмарина. - М.: Просвещение, 1990. - 287 с.
14. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : в 2 т. / під ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.
15. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : в 2 т. / під ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 2. – 367 с.
16. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівні акредитації. – Київ, МОіНУ, 2003, 33 с.
17. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высших учеб. заведений. – 2 –е изд. испр. доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 480 с.

18. Шиян Б. М. Методика фізичного виховання школярів: практикум / Б. М. Шиян. – Л. : Світ, 1993. – 184 с.
19. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. – ISBN 966-7924-55-6.
20. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 2. – 248 с. – ISBN 966-609-005-8.
21. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша, Є. Н. Приступа. – Л. : ЛОУНМО, 1996. – 220 с.

Допоміжна

1. Лєко Б. Теоретико-методологічні та психолого-валеологічні виміри процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах // Молода спортивна наука України – Львів, 2004, Т3. – С.198-205.
2. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: проект. – „Спортивна газета”, 4 грудня 2003.
3. Пидкасистый П. И. Психолого-дидактический справочник преподавателя высшей школы / П. И. Пидкасистый, Л. М. Фридман, М. Г. Гарунов. – М. : Пед. общество России, 1999. – 354 с.
4. Пономарев Н.И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания. -М: ФиС, 1970 - 284 с.
5. Тер-Ованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. Москва, ФиС, 1978.
6. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівні акредитації. – Київ, МОіНУ, 2003, 33 с.
7. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівні акредитації. – Київ, МОіНУ, 2003, 33 с.
8. Язловецкий В. С. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем / В. С. Язловецкий. – К. : Здоров'я, 1991. – 232 с.

14. Інформаційні ресурси

1. Матеріали лекцій.
2. Бібліотека.
3. Мережа Інтернет.