

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДВНЗ «ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»

Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНЕ ВДОСКОНАЛЕННЯ

Освітня програма «Середня освіта»
Спеціальність 014 Середня освіта (фізична культура)
Галузь знань 01 Освіта./Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри
спортивно-педагогічних дисциплін
Протокол № 1 від “31” серпня 2020 р.

Івано-Франківськ - 2020

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Компетентності
5. Результати навчання (компетентності)
6. Організація навчання курсу
7. Система оцінювання курсу
8. Політика курсу
9. Рекомендована література

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНЕ ВДОСКОНАЛЕННЯ
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень
Викладач (-і)	Цап І.Г., Маланюк Л.Б., Лещак О.М., Ступар М.І., Матійчук І.В., Майструк В.В., П'ятничук Г.О.
Контактний телефон викладача	0506029998
E-mail викладача	tsapiryna3@gmail.com
Формат дисципліни	Лекційні, практичні заняття
Обсяг дисципліни	18 кредитів ЄКТС
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua
Консультації	Середа 15.30
2. Анотація до курсу	
Дисципліна призначена для студентів I-IV курсу спеціальності 014 Середня освіта (фізична культура). Програма дисципліни «Спортив-но-педагогічне вдосконалення» (СПВ) передбачає формування професійно-педагогічних знань, умінь і навичок, які будуть необхідні для самостійної роботи у різних закладах системи фізичного виховання і спорту.	
3. Мета та цілі курсу	
Формування у студентів цілісного уявлення про професійну діяльність спеціаліста у сфері фізичного виховання і спорту, використання теоретичних знань, навичок і вмій у процесі педагогічної діяльності в галузі фізичної культури і спорту та забезпечення студентів необхідними теоретичними і практичними знаннями зі спортивного тренування.	
4. Компетентності	
Загальні компетентності:	
ЗК-1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.	
ЗК-2. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.	
ЗК-3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.	
ЗК-4. Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом;	
ЗК-5. Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;	
ЗК-6. Здатність спілкуватися (першою) рідною мовою, правильно і логічно будувати своє усне й писемне мовлення;	
ЗК-8. Здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно	

- орієнтованої літератури, у тому числі іноземної;
ЗК-9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
ЗК-10. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
ЗК-11. Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології.
ЗК-12. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

Фахові компетентності:

- ФК-1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури, відповідно до вимог стандарту середньої освіти.
- ФК-2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.
- ФК-3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичної культури
- ФК-4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.
- ФК-5. Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини.
- ФК-6. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки
- ФК-7. Здатність оволодівати базовими і новими видами спортивно-оздоровчої діяльності
- ФК-8. Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.
- ФК-9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей
- ФК-10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно масову роботу з учнями.
- ФК-12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.
- ФК-13. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.
- ФК-14. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.
- ФК-17. Здатність здійснювати реабілітаційні заходи з метою відновлення функцій організму, досягнення нормального рівня здоров'я, оптимального фізичного стану та кондиції осіб різного віку (зокрема учнів спеціальних медичних груп та з ослабленим здоров'ям) з порушеннями різної нозології.
- ФК-18. Здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій.
- ФК-19. Здатність до безперервного професійного розвитку.

5. Результати навчання

ПРН-2. Знає та розуміє основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп; закони і принципи навчання рухових умінь і навичок.

ПРН-3. Знає вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу з фізичної культури

ПРН-4. Знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги.

ПРН-5. Знає вікові особливості та закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.

ПРН-6. Розуміє значення та зміст обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі.

ПРН-9. Розуміє основи загальної теорії і методики фізичного виховання; особливостей організації та проведення різних форм занять фізичними вправами з урахуванням освітніх та виховних завдань; принципів та особливостей розробки програм занять фізичною культурою. Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури.

ПРН-14. Володіти руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності; вдосконалювати руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах рухової активності.

ПРН-15. Вміти розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

ПРН-18. Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.

ПРН-20. Здійснювати організацію діяльності населення з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, зокрема, зі спортивного туризму й орієнтування.

ПРН-21. Вміти проводити агітаційну роботу з пропаганди здорового способу життя різних груп населення.

ПРН-22. Вміти планувати фізичне навантаження відповідно до вікових, статевих, морфофункціональних та психологічних особливостей людини і рівня її підготовленості.

ПРН-23. Вміє надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини .

ПРН-24. Здатність спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.

ПРН-25. Здатність засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег

ПРН-27. Організовувати співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях).

ПРН-28. Розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва.

6. Організація навчання курсу

Обсяг курсу

Вид заняття	Загальна кількість годин
Лекційні заняття	48
семінарські заняття / практичні / лабораторні	154

самостійна робота			338		
Ознаки курсу					
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)		Нормативний / вибірковий	
3,4,5,6,7,8	017 Фізична культура і спорт	2,3,4		В	
Тематика курсу					
Тема, план	Форма заняття	Літера тура	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
МОДУЛЬ 1.	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		16 46 118		Вересень-- червень
Змістовий модуль 1. <i>Теоретичні основи методики викладання гандболу</i>					
Лекція №1 Історія розвитку гандболу		1,17,22 ,24	Історія виникнення гандболу у світі Визнання гандболу міжнародним видом спорту Розвиток гандболу в Радянському Союзі Історія розвитку українського гандболу, сучасний стан		Вересень
Лекція №2. Техніка і методика навчання кидкам.		4,17,23 ,27,30	Сутність гри в гандбол. Техніка нападу. Методика навчання передачам і ловлі м'яча. Методика навчання веденню м'яча.		Вересень
Лекція №3. Обладнання ігрового майданчика.		23,27,3 0	Розмітка ігрового майданчика з гандболу. Розміри воріт, зони замін.		Вересень
Лекція №4. Тактика гри в гандбол і методика навчання		4,17,24	Тактика гри і методика навчання Тактика нападу Тактика захисту		вересень
	Лекції Самостійна робота		8 16		
Контрольна робота		21,24,2 7,32,49	Завдання по темам 1-2 Термінологічний словник	5 балів 5 балів	вересень
Змістовий модуль 2. Техніка і методика навчання гри у гандбол					
Тема №1. Навчання		1,4,22,	Вивчення техніки гри у	5 балів	Жовтень -

техніки і методики навчання захисту.		23,32,34	захисті. Блокування, вибивання м'яча, перехват.		грудень
Тема №2. Вдосконалення техніки і методики навчання захисту.			Вивчення тактики гри в захисті. Індивідуальні тактичні дії в захисті. Групові тактичні дії в захист	5 балів	
Тема №3. Навчання техніки гри воротаря.			Техніка гри воротаря. Затримка м'яча рукою, ногою. Техніка пересування воротаря в гандболі.	5 балів	
Тема №4. Вдосконалення техніки гри воротаря.			Техніка гри воротаря. Затримка м'яча рукою, ногою. Техніка пересування воротаря в гандболі.	5 балів	
Тема № 5. Навчання тактики гри в нападі. Індивідуальні дії гравці.		17,24,27,30,34	Вивчення кидка по воротах зігнутою рукою. Вивчення техніки передач м'яча зігнутою рукою зверху. Вивчення техніки передач м'яча зігнутою рукою знизу.	5 балів	
Тема № 6. Вдосконалення тактики гри в нападі			Вивчення тактики гри в нападі. Індивідуальні дії гравці. Групові дії гравців.	5 балів	
Тема № 7. Навчання тактики позиційного нападу.			Вивчення тактики позиційного нападу. Групові дії гравців у позиційному нападі.	5 балів	
Тема № 8. Вдосконалення тактики позиційного нападу		22,32,34,48	Вивчення кидка по воротах зігнутою рукою зверху. Кидок по воротах зігнутою рукою зверху після підскоку. Кидок по воротах зігнутою рукою з ходу.	5 балів	
Тема №9. Вивчення тактики гри в захисті.			Вивчення тактики гри в захисті. Система особистого захисту. Система зонного захисту та змішана система захисту.	5 балів	
Тема № 10. Індивідуальні тактичні дії в захисті.		17,24,27,32,48	Вивчення техніки виконання прийомів гри без м'яча. Вивчення виконання фінтів та заслонів. Вивчення техніки ведення м'яча у гандболі. Двостороння навчальна гра. Методика суддівства	5 балів	

<p>Тема № 11. Підсумкове заняття «Здача тестових нормативів»</p>	<p>Практичні заняття Самостійна робота</p>		<p>Розвиток спеціальної фізичної підготовки. .Контроль з фізичної та спеціальної підготовки гандбаліста (тести</p> <p>22</p> <p>44</p>	<p>5 балів</p>	
<p>ЗАЛІК</p>			<p>Тема 1-13</p>		<p>ГРУДЕНЬ</p>
<p>Змістовий модуль 3. <i>Теоретичні основи методики викладання у футболі</i></p>					
<p><i>Лекція№1</i> Психологічна підготовка футболістів.</p>		<p>5,11,16 ,40</p>	<p>Поняття психологічної підготовки. Роль психологічної підготовки у футболі. Види психологічної підготовки. Організація психологічної підготовки. Загальна психологічна підготовка. Формування і удосконалення специфічних сприйнятів, властивостей уваги, тактичного мислення, емоційно-вольових якостей. Засоби діагностики психічного стану футболіста перед грою. Психологічна підготовка до гри. План психологічної підготовки до гри. Прийоми регулювання психічного стану.</p>		<p>Лютий</p>
<p><i>Лекція№2</i> Підготовка воротаря у футболі.</p>		<p>3,11,16 ,38</p>	<p>Роль воротаря у команді. Загальні особливості гри воротаря. Вимоги до технічної, тактичної, фізичної і психологічної підготовки воротаря. Техніка гри воротаря. Тактика гри воротаря. Фізична підготовка воротаря. Особливості розминки воротаря. Психологічна підготовка воротаря. Тренування воротаря.</p>		<p>Березень</p>

<p><i>Лекція №3</i> Проведення занять з футболу з дівчатами і жінками.</p> <p><i>Лекція №4</i> Організація дитячо-юнацького футболу в Україні.</p>	<p>Лекції Самостійна робота</p>	<p>13,38,40</p> <p>11,13,38,56</p>	<p>Підготовка воротаря до гри.</p> <p>Анатомо-фізіологічна своєрідність жіночого організму. Особливості проведення занять з футболу з дівчатами та жінками. Планування, облік і контроль спортивної підготовки жінок Специфіка навчання і тренування в залежності від особливостей жіночого організму і психіки.</p> <p>Структура управління дитячо-юнацьким футболу в Україні. Види змагань з футболу в різних вікових групах. Змагання з футболу в вузах, коледжах і ліцеях. Міні-футбол для дітей.</p> <p>8 8</p>		<p>Березень</p> <p>березень</p>
<p>Контрольна робота</p>		<p>11,13,16,38,57</p>	<p>Завдання по темам 1-4 Термінрологічний словник</p>	<p>5 балів</p>	<p>березень</p>
<p>Змістовий модуль 4 <i>Техніка і методика навчання футболу</i></p>					
<p>Тема № 1 Контроль фізичної підготовленості футболістів.</p> <p>Тема № 2. Тактика нападу.</p> <p>Тема №3. Тактичні дії в нападі.</p>		<p>16,44,57</p>	<p>Реєстрація рухової активності у грі. Методики реєстрації, апаратура. Визначення функціонального стану футболістів. Тести і методика, апаратура. Контроль техніко – тактичної підготовленості футболістів. Організація педагогічних спостережень. Методика реєстрації індивідуальних, групових і командних техніко – тактичних дій. Використання технічних засобів.</p> <p>Характеристика індивідуальних, групових та командних тактичних дій. Взаємодія гравців у нападі.</p> <p>Індивідуальні тактичні дії у</p>	<p>5 балів</p> <p>5 балів</p>	<p>Березень червень</p> <p>-</p>

			нападі з м'ячем і без м'яча. Групові тактичні дії у нападі. Комбінації при стандартних положеннях та в ігрових епізодах, підготовлені та імпровізовані		
Тема № 4. Тактика захисту.		11,38,56	Характеристика індивідуальних, групових та командних тактичних дій у захисті. Принципи побудови захисту. Взаємодія гравців в захисті.	5 балів	
Тема №5.-6 Тактичні дії в захисті.		16,38,40	Індивідуальні тактичні дії у захисті проти гравця з м'ячем і без м'яча. Групові тактичні дії в захисті. Стракування, протидія комбінаціям, створення штучного положення „поза грою”, побудова „стінки”. Командні тактичні дії в захисті. Побудова захисту проти швидкого і поступового нападу. Зонний і комбінований захист.	5 балів	
Тема № 7 Функції гравців			Вимоги до гравців різних ліній та ігрових спеціалізацій. Модельна характеристика футболістів різних амплуа. Еволюція тактичних схем. Сучасні тактичні системи.	5 балів	
Тема № 8.-9 Відпрацювання різних тактичних побудов гри на практиці.			Відпрацювання пресингу на половині поля суперника. Створення штучного положення „поза грою”. Відпрацювання під страховки.	5 балів	
Тема №10 Тактична підготовка команди до гри.		4,11,13	Методика настанови на гру. Тактичне керівництво командою під час гри. Методика розбору гри.	5 балів	
Тема № 11. Проведення студентами частини навчально – тренувального заняття по			Навчання індивідуальних, групових і командних тактичних дій у нападі та захисті.	5 балів	
Тема №12 Розвиток швидкості.		13,16.,40,44	Дистанційна швидкість, стартова швидкість,		

Підсумкове заняття	Практичні заняття Самостійна робота		спеціальна швидкість, швидкість виконання техніко – тактичних прийомів та дій. Прийняття контрольних нормативів з фізичної та технічної підготовки згідно залікових вимог.	5 балів	
ЕКЗАМЕН		11,13,16,38,40	3 пройденого матеріалу	50 балів	Червень
МОДУЛЬ 3	Лекція Практичні заняття Самостійна робота		16 54 110		Вересень - червень
Змістовий модуль 5 <i>Теоретичні основи методики викладання у футболі</i>					
Лекція №1 Методика початкового навчання ударів по м'ячу різними частинами стопи.		5,11,16,40	Методика навчання удару по м'ячу внутрішньою та зовнішньою стороною стопи. Методика навчання зупинок м'яча підошвою та середньою частиною підйому. Дозування навчально-тренувальних навантажень.		Вересень
Лекція №2 Методика початкового навчання ведення м'яча різними частинами підйому.		3,11,16,38	Методика навчання ведення м'яча зовнішньою частиною підйому. Методика навчання ведення м'яча серединою підйому. Дозування навчально-тренувальних навантажень.		Вересень
Лекція №3 Методика початкового навчання відбору м'яча.		13,38,40	Методика навчання поштовху плечем в плече. Методика навчання відбору м'яча в підкаті. Методика навчання відбору м'яча в напівпідкаті. Дозування навчально-тренувальних навантажень.		Вересень
Лекція №4 Методика початкового навчання вкидання м'яча з-за голови.		11,13,38,56	Методика навчання вкидання м'яча з кроку. Методика навчання вкидання м'яча з розбігу. Дозування навчально-тренувальних навантажень.		Вересень

	Лекції Самостійна робота		8 16		
Контрольна робота		11,13,1 6,38,57	Завдання по темам 1-4 Термінрлогічний словник	5 балів	вересень
Змістовий модуль 6 <i>Техніка і методика навчання футболу</i>					
Тема №1 . Розвиток сили.		4,11,16 ,40	Силові здібності футболістів. Методика розвитку. Швидкісно – силові здібності та їх розвиток.	5 балів	Жовтень- ссічень
Тема №2 Розвиток спритності.			Розвиток загальної спритності у футболістів. Спеціальна спритність та методика її розвитку.	5 балів	
Тема №3 Контрольний норматив з пройдененого матеріалу			Прийняття контрольних нормативів з фізичної та технічної підготовкизгідно залікових вимог.	5 балів	
Тема №4 Методика розвитку витривалості футболістів.		11,16,4 4	Види витривалості. Методи і засоби розвитку витривалості. Зв'язок витривалості з надійністю виконання технічних прийомів і тактичних дій.	5 балів	
Тема №5 Розвиток витривалості.			Вправи на розвиток загальної витривалості футболістів. Розвиток спеціальної та швидкісної витривалості.	5 балів	
Тема №6 Проведення студентами частини навчально тренувального заняття			Проведення студентами частини навчально тренувального заняття з розвитку швидкості, сили, гнучкості, спритності та витривалості.	5 балів	
Тема №7 Методика проведення навчально – тренувального заняття з технічної підготовки.		13,16,5 6	Розминка – загальна і спеціальна. Спрямованість на вирішення завдань заняття. Послідовність постанови завдань заняття. Організація, дозування, спрямованість вправ.	5 балів	

<p>Тема №8 Методика проведення навчально – тренувального заняття з технічної підготовки.</p> <p>Тема №9 Контроль технічної підготовленості.</p> <p>Тема №10 Контроль технічної підготовленості футболістів.</p> <p>Тема №11 Контроль технічної підготовленості футболістів.</p>	<p>Практичні заняття Самостійна робота</p>	<p>16,44,5 6,57</p> <p>11,16,3 8,40</p>	<p>Аналіз розроблених план – конспектів навчально – тренувальних занять з технічної підготовки. Виступи та доклади студентів.</p> <p>Реєстрація технічної підготовленості. Методики реєстрації, апаратура. Організація педагогічного спостереження. Обробка одержаних результатів.</p> <p>Методика проведення педагогічного спостереження у навчально – тренувальному процесі. Організація спостереження та реєстрація. Методика контролю технічної підготовленості</p> <p>Методика проведення педагогічного спостереження у навчально – тренувальному процесі. Організація спостереження та реєстрація. Методика контролю технічної підготовленості.</p> <p>22 44</p>	<p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p>	
ЗАЛІК			Тема 1-11		Грудень
Змістовий модуль 7. <i>Підготовки спортсмена у вільній боротьбі</i>					
<i>Лекція№1</i> Історія вільної боротьби.		3,35,38 ,42	Історія виникнення вільної боротьби. Вільна боротьби в Україні. Вільна боротьба в Івано-Франківській області.		лютий
<i>Лекція№2</i> . Правила вільної боротьби.		33,38,5 3	Місце проведення занять. Зміни до правил Світової Федерації.		лютий
<i>Лекція№ 3</i>			Побудова тренувальних		березень

<p>Побудова тренувальних занять у вільній боротьбі.</p> <p><i>Лекція № 4</i> Історія виникнення дзюдо. Правила змагань в дзюдо.</p>	<p>Лекція Самостійна робота</p>	<p>36,38,5 3,55</p> <p>3,35,38 ,42</p>	<p>занять. Педагогічна спрямованості заняття. Заняття вибіркової спрямованості. Заняття комплексної спрямованості.</p> <p>Виникнення дзюдо. Історія дзюдо в Україні. Боротьба дзюдо в програму Олімпійських ігор. Місце проведення змагань. Зміни до правил Світової Федерації.</p> <p>8 16</p>		<p>березень</p>
<p>Контрольна робота</p>		<p>33,35,3 6,42,55</p>	<p>Завдання по темам 1-4 Термінрлогічний словник</p>	<p>5 балів</p>	<p>березень</p>
<p>Змістовий модуль 8. Підготовки спортсмена у вільній боротьбі</p>					
<p>Тема 1-2. Структура та методика побудови підготовки спортсмена у вільній боротьбі.</p> <p>Тема 3. Перевороти і скручування у вільній боротьбі.</p> <p>Тема 4. Кидки з захватами ніг у вільній боротьбі.</p> <p>Тема 5. Технічні дії в партері у вільній боротьбі.</p> <p>Тема 6. Розвиток фізичних якостей у спортивній боротьбі.</p> <p>Тема 7. Передзмагальний масаж для борців.</p>		<p>3,4,33, 36,42</p> <p>35,42,5 5</p> <p>36,38,5 3</p>	<p>Спортивна підготовка в боротьбі. Структура, побудова та етапи багаторічної підготовки спортсмена.</p> <p>Переворот забіганням замком. Переворот скручуванням захватом передпліччя зсередини. Переворот накатом захватом тулуба.</p> <p>Прохід в одну ногу з нирком під руку. Зачеп стопою за п'ятку ззовні. Прохід у дві ноги з нирком під руку</p> <p>Переворот скручуванням захватом передпліччя зсередини. Вихід наперед висідом захватом зап'ястя. Переворот забіганням замком</p> <p>Загальні вправи для розвитку сили. Ігри для розвитку сили. Спеціальні вправи для розвитку сили</p> <p>Основні завдання підготовчого масажу. Різні прийоми масажу</p>	<p>5 балів</p> <p>5 балів</p>	<p>Березень-червень</p>

<p>Тема 8. Вивчення і вдосконалення кидків у вільній боротьбі.</p> <p>Тема 9-10 Зацепи і дожимання увільній боротьбі.</p> <p>Тема 11. Навчально-тренувальні зустрічі.</p> <p>Тема 12-13. Побудова тренувальних занять в дзюдо. Структура та методика підготовки спортсмена в дзюдо.</p> <p>Тема 14.. Тема 1. Страховка, самостраховка в дзюдо.</p> <p>Тема 15. Захвати та перміщення в дзюдо.</p> <p>Тема .16 ЗФП Спеціальні вправи в дзюдо.</p> <p>Тема 17. Підсумкове заняття. Гімнастика у дзюдо.</p>	<p>Практичні</p>	<p>4,35,55</p> <p>33,42,53</p> <p>36,38,53</p> <p>4,35,55</p>	<p>Кидок через спину захватом двох рук. Кидок через спину захватом відвороту і одноіменної руки. Кидок через спину захватом руки.</p> <p>Кидок за руку зацепом одноіменної ноги зсередини. Зачеп зсередини з падінням. Зачеп стопою за п'ятку ззовні. Зачеп гомілкою зсередини. Дожимання з захватом за руку.</p> <p>Навчально-тренувальні зустрічі. Згідно правил Міжнародної федерації спортивної боротьби (FILA).</p> <p>Побудова тренувальних занять. Педагогічна спрямованість заняття. Заняття вибіркової спрямованості. Заняття комплексної спрямованості. Спортивна підготовка в боротьбі. Структура, побудова та етапи багаторічної підготовки спортсмена.</p> <p>Падіння вперед, назад, ліворуч, праворуч.</p> <p>Стійки правостороння, лівостороння, фронтальна. Висока, середня, низька стійка. Захвати за відвороти кімоно, поясу. Переміщення праворуч, ліворуч, вперед, назад, по колу.</p> <p>Вправи з партнером (учікомі). Вправи з резиною. Рандорі</p> <p>Вправи для розвитку гнучкості. Акробатичні комбінації. Силова гімнастика.</p>	<p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p>	
		32			

	заняття Самостійна робота		34		
ЕКЗАМЕН		33,36,4 2,53,54	3 пройденого матеріалу	50-балів	червень
МОДУЛЬ 4	Лекція Практичні заняття Самостійна робота		16 54 110		Вересень- червень
Змістовий модуль 9. Види підготовки у плаванні					
Лекція № 1. Методика розвитку витривалості		2,14,19 ,43	Методика розвитку загальної витривалості. Методика розвитку спеціальної витривалості. Методика розвитку швидкісно-силової витривалості		Вересень
Лекція №2. Методика розвитку швидкості.		14,15,2 5,39	Методика розвитку швидкості на суші. Методика розвитку швидкості у воді (плавання на лопатках, на резиновому амортизаторі, гальмівним поясов, олов'яні браслети). Розвиток швидкості		Вересень
Лекція №3. Методика розвитку гнучкості		15,19,2 6	Види гнучкості. Розвитку гнучкості Контроль гнучкості.		вересень
Лекція №4. Методика розвитку координаційних здібностей		3,14,19 ,26,39	Види координаційних здібностей Розвиток координаційних здібностей. Контроль координаційних здібностей. 8 16		вересень
	Лекції Самостійна робота				
Контрольна робота		22,3,15 ,25,26, 43	Завдання по темам 1-4 Термінрлогічний словник	5 балів 5 балів	вересень
Змістовий модуль 10. Техніка і методика навчання плавання					Жовтень- грудень
Тема № 1. Техніка вивчення способів плавання		14,19,2 6	Вдосконалити техніку вивчених способів плавання по елементах та в повній координації рухів.		

<p>Тема № 2. ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння техніки спортивних способів плавання.</p> <p>Тема № 3. Вдосконалення техніки плавання способом брас по елементах та в повній координації рухів.</p> <p>Тема № 4 Вдосконалення техніки плавання способом дельфін по елементах та в повній координації рухів.</p> <p>Тема № 5 Вдосконалення техніки плавання кролем на грудях та на спині по елементах та в повній координації рухів.</p> <p>Тема № 6 Вдосконалення техніки плавання брасом по елементах та в повній координації рухів.</p> <p>Тема № 7 Вдосконалення техніки плавання</p>		<p>\</p> <p>3,15,25,26</p> <p>2,15,26,39,43</p>	<p>Повторити техніку старту з тумбочки при плаванні брасом . Демонстрація техніки старту з води та стартової тумбочки.</p> <p>Вдосконалення техніки плавання кролем на грудях та на спині по елементах та в повній координації рухів. Сприяти розвитку координаційних здібностей.</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння техніки спортивних способів плавання Сприяти розвитку гнучкості та координації.</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння техніки спортивних способів плавання Вдосконалення техніки плавання способом дельфін по елементах та в повній координації рухів. Сприяти розвитку силових якостей.</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння техніки спортивних способів плавання Сприяти розвитку спеціальної витривалості плавців. Вдосконалення техніки плавання кролем на грудях та на спині по елементах та в повній координації рухів.</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння техніки спортивних способів плавання. Вдосконалення техніки плавання брасом по елементах та в повній координації рухів. Сприяти розвитку гнучкості.</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння техніки спортивних способів плавання.</p>	<p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p>	
---	--	---	--	---	--

<p>дельфіном по елементах та в повній координації рухів.</p> <p>Тема № 8 Вдосконалення техніки комплексного плавання по елементах та в повній координації рухів.</p> <p>Тема № 9 Вдосконалення техніки старту способом кроль на спині.</p> <p>Тема № 10 Вдосконалення техніки старту способом кроль на грудях з startової тумбочки.</p> <p>Тема № 11 Вдосконалення техніки старту способом брас з startової тумбочки.</p>	<p>Практичні заняття Самостійна робота</p>	<p>3,14,19,25,39</p> <p>3,15,26,39</p>	<p>Вдосконалення техніки плавання дельфіном по елементах та в повній координації рухів. Сприяти розвитку силових якостей</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння спортивних способів плавання. Вдосконалення техніки комплексного плавання по елементах та в повній координації рухів. Сприяти розвитку морально-вольової та психологічної підготовки.</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння спортивних способів плавання. Вдосконалення техніки старту способом кроль на спині. Вдосконалення техніки плавання кролем на спині.</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння спортивних способів плавання. Вдосконалення техніки старту способом кроль на грудях з startової тумбочки. Вдосконалення техніки плавання способом кроль на грудях.</p> <p>Комплекс ЗРВ та СВ на суші та у воді для засвоєння спортивних способів плавання. Вдосконалення техніки старту способом брас з startової тумбочки. Вдосконалення техніки плавання способом брас</p> <p>22 44</p>	<p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p> <p>5 балів</p>	
ЗАЛІК		14,15,19,25,26	З пройденого матеріалу		грудень
Змістовий модуль 11.					Лютий--червень

Побудова і зміст тренування легкоатлета.					
Лекція №1 Основи тренування в легкій атлетиці		3,6,8,10,20	Основні положення. Характерні особливості тренувального процесу легкоатлетів. Основні засоби, методи і умови підготовки легкоатлетиста.		лютий
Лекція №2. Планування тренувального процесу легкоатлетів.		4,7,12,18	Види планування. Основні вимоги до планування. Типи тренувальних планів та їх характеристика		Березень
Лекція №3 Побудова тренувальних занять.		10,18,20	Підготовча частина. Основна частина. Заключна частина. Навантаження у заняттях. Мікроцикли та його побудова. Побудова середніх циклів. Цілорічна підготовка та її періодизація. Загальна характеристика форм організації занять. Урочні форми організації занять. Загальна характеристика занять позаурочного типу.		Березень
Лекція №4. Біг на витривалість	Лекції Самостійна робота	6,8,18,20	Техніка навчання бігу на витривалість Методика навчання бігу на витривалість Спеціально підготовчі вправи для бігу на витривалість Типові помилки в техніці бігу на середні і довгі дистанції і засоби їх усунення		березень
Контрольна робота		6,8,12,18,20	Завдання по темам 1-4 Термінологічний словник	5 балів	березень
Змістовий модуль 12					Березень-червень
Тема 1-2. Удосконалення техніки бігу на середні дистанції.		6,10,20	Історична довідка. Фази бігу: старт, стартовий розгін, біг по дистанції, фінішування.	5 балів	
Тема 3-4. Різновидності старту.			Особливості рухів в стартовому розгоні. Залежність швидкості бігу від довжини і частоти кроків. Амплітуда рухів. Постановка стопи на ґрунт. Положення	5 балів	

<p>Тема 5-6. Техніка бігу на середні дистанції.</p>		3,8,12,20	<p>голови і тулуба. Рухи руками в різних фазах бігу, дихання та особливості техніки бігу в залежності від довжини дистанції.</p> <p>Послідовність постановки завдань, підбір засобів і методичні вказівки при навчанні техніки бігу на середні дистанції. Об'єктивні і суб'єктивні причини виникнення помилок при навчанні техніки вправи і способи їх виправлення. Особливості навчання техніки виконання вправи з ростом рівня фізичних якостей.</p>	5 балів	
<p>Тема 7-8. Удосконалення техніки бігу на короткі дистанції.</p>			<p>Швидкість - основа спринтерського бігу. Анатомо-морфологічні особливості бігунів спринтерів. Довжина і частота кроків у спринтерському бігу. Спеціальна витривалість спринтера. Силова підготовка. Технічна підготовка (старт, стартове прискорення, біг по дистанції, фінішування).</p>	5 балів	
<p>Тема 9-10. Методи тренування спринтерів</p>		6,18,20	<p>Методи тренування спринтерів. Особливості тренування у бігу на 200, 400 м і в естафеті 4×100 м. Змагальна підготовка спринтерів.. Тактика бігуна-спринтера. Управління процесом тренування спринтерів.</p>	5 балів	
<p>Тема 11-12. Техніки і методика навчання потрійного стрибка.</p>			<p>Історична довідка. Частини стрибка та їх аналіз. Співвідношення довжини «скачка», «кроку», «стрибка». Ритмова структура стрибка. Варіанти потрійного стрибка. Послідовність постановки завдань, підбір засобів та методичні вказівки при навчанні техніки потрійного стрибка.</p>	5 балів	
<p>Тема 13-14. Удосконалення техніки і методика</p>			<p>Помилки, які виникають в процесі навчання і методика їх виправлення.</p>	5 балів	

навчання потрійного стрибка.			Правила техніки безпеки та попередження травматизму при проведенні навчально-тренувальних занять та змагань. Організація та проведення змагань з потрійного стрибка.		
Тема 15 Розвиток фізичних якостей		6,7,12	Фізіологічна характеристика розвитку сили. Енергозабезпечення м'язових скорочень. Режими і форми м'язових скорочень. Види силових здібностей.	5 балів	
Тема 16. Розвиток швидкісних здібностей.	Практичні заняття Самостійна робота		Поняття про швидкісні здібності. Види швидкісних здібностей. Методика розвитку швидкісних здібностей. Контроль швидкісних здібностей. 32 42	5 балів	
ЕКЗАМЕН		6,8,10, 12,18	3 пройденого матеріалу	50-балів	червень

7. Система оцінювання курсу

Загальна система оцінювання курсу	<p>Система оцінювання знань студентів з кожної навчальної дисципліни включає поточний, модульний та семестровий контролю знань. Поточний контроль здійснюється під час проведення лекційних, практичних, індивідуальних занять і має на меті перевірку знань студентів з окремих тем навчальної дисципліни та рівня їх підготовленості до виконання конкретної роботи. Оцінки у національній шкалі («відмінно» — 5, «добре» — 4, «задовільно» — 3, «незадовільно» — 2), отримані студентами, виставляються в академічних журналах.</p> <p>Модульний контроль проводиться (виставляється) на підставі оцінювання результатів знань студентів після вивчення матеріалу з логічно завершеної частини дисципліни — змістового модуля. Завданням модульного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу (теми), вироблення навичок проведення розрахункових робіт, вміння вирішувати конкретні ситуативні задачі, здатності осмислювати зміст даної частини дисципліни, уміння публічно чи письмово подати певний матеріал. Форми модульного контролю та система оцінювання рівня знань та вмінь студентів визначаються кафедрою та відображаються у робочій навчальній програмі дисципліни. Кількість балів за кожний модуль (оцінка контролю у балах) визначаються кафедрою.</p> <p>Семестровий (підсумковий) контроль проводиться у формі екзамену. Екзамен — форма підсумкового контролю, яка передбачає перевірку розуміння студентом теоретичного та практичного програмного</p>
-----------------------------------	---

	матеріалу з усієї дисципліни, здатності творчо використовувати здобуті знання та вміння, формувати власне ставлення до певної проблеми тощо. Форма проведення екзамену може бути письмова, письмово-усна, у формі тестових екзаменаційних завдань. Зміст екзаменаційних завдань та критерії оцінювання встановлюються кафедрою.
Вимоги до письмової роботи	При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, лабораторних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо. Якщо студент не склав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).
Практичні заняття	Відповідь студента на практичному занятті оцінюється за 5-бальною системою: <i>5 балів</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань. <i>4 бали</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань. <i>3 бали</i> – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача. <i>2 бали</i> – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.
Умови допуску до підсумкового контролю	Допуск до іспиту становить мінімум 25 балів, максимум 50 балів; бал за складання іспиту (підсумковий контроль) становить максимум 50 балів.
8. Політика курсу	
<ul style="list-style-type: none"> – Студент повинен вчасно приходити на заняття. Викладач може не допустити студента до заняття, якщо він/вона спізнився без поважної причини. – У випадку пропуску 5 чи більше практичних занять без поважної причини, студент може бути не допущений до підсумкового контролю (екзамену), або його/її підсумкова оцінка буде знижена; – Студент повинен добросовісно готуватися до усіх видів поточного, модульного та підсумкового контролю; – Студент має брати активну участь на практичних заняттях; – Студент повинен бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими студентами, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях; – Студент може відпрацювати будь-яке пропущене заняття чи вид контролю; 	

- Заборонено користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час опитування та виконання письмових завдань.
- У випадку порушення норм академічної доброчесності під час виконання завдань поточного, модульного чи підсумкового контролю, студент отримає «0» балів.
- Якщо студент має претензії до викладача через оцінювання, якість надання послуг тощо, спершу треба повідомити про це самого викладача; якщо проблему не вдалося вирішити, студент має право звернутися до завідувача кафедри чи керівництва факультету;
- Студент повинен неухильно дотримуватися правил внутрішнього розпорядку навчального закладу; інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють навчальний процес у ЗВО.

9. Рекомендована література

1. . Гречин А.Л. Гандбол в школі. Азбука юного гандболіста. / А.Л.Гречин. – Минск: Пачатковая школа, 2008. – 28с.
2. . Грибан Г. П. Плавання. Прикладні аспекти : навч.-метод. посіб. / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2009. – 156 с.
3. . Клочко В.М. Положення й методичні вказівки по виконанню Державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості студентства. (Для самостійної роботи студентів усіх спеціальностей та НПП кафедри «Фізичного виховання і спорту»). Харків: ХНАМГ, 2007.-24 с.
4. . Клочко В.М., Безкоровайний Д.О., Звягінцева І.М. Методичні вказівки та нормативні положення правил безпеки під час занять з фізичного виховання й спорту.-Х.,2005.-57 с.
5. «Искусство подготовки высококлассных футболистов» Научно-методическое пособие / Под ред. проф. Н. М. Люкшинова – М.: Советский спорт, 2003. – 416 с.
6. Артюшенко О. Ф., Стеценко А. І. Легка атлетика: навч. посіб. [для студ. ф-тів фіз. культури] / О. Ф. Артюшенко, А. І. Стеценко. - Черкаси, 2006. - 424 с.
7. Бевзюк В.С. Методичні рекомендації до вивчення курсу “Легка атлетика та методика її викладання / В.С Бевзюк, О.Г.Шалар. Херсон: Айлант. 2001. – 28 с.
8. Бевзюк В.С., Куцегуб С.І. Особливості бігу та структура бігового кроку / В.С Бевзюк, С.І. Куцегуб - Херсон: Айлант, 2008. - 60 с.
9. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол./Учебник для студентов вузов физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2004.
10. Бурлаков, И.П. Специальные сооружения для легкой атлетики / И.П. Бурлаков, Г.П. Неминуший.- М.: Спорт Академия Пресс, 2001. - 146 с.
11. Вайн, Х..«Как научиться играть в футбол» / Х. Вайн. Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с.:
12. Вейднер Х., Диква Х. Фаза отталкивания в прыжках в длину / Х. Вейднер, Х. Диква // Легкая атлетика: Зарубежный спорт: Тематич. подборка. - 1992. - Вип. 4. 394 с.
13. Гиффорд, К. «Энциклопедия футбола» / Оригинал издания Англия, К. Гиффорд – М.: Издательство «Астрель», 2005. – 410 с.
14. Глазирін І. Д. Плавання : навч. посіб. / І. Д. Глазирін. – Київ : Кондор, 2011. – 502 с.
15. Глазирін І. Д. Плавання : навч. посіб. / І. Д. Глазирін. – Київ : Кондор, 2006. – 501 с.
16. Голдблат, Д. «Энциклопедия футбола» / Оригинал издания Англия, Dorling Kindersley Limited, Д. Голдбат. 2002. – 510 с. – М.: Издательство «Астрель» ,2003. – 510 с.
17. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. — М.: Издательский центр Академия, 2002. — 520 с.
18. Жилкин А. И. Легкая атлетика. - Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В. Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 464 с.
19. Жулькевская Г. В. Плавание : учеб. пособие / Г. В. Жулькевская. – Минск : БГУФК, 2005. – 32 с. .
20. Зеличенко, В.Б. Подготовка юных легкоатлетов /В.Б.Зеличенко.- М.: Терра спорт, 2000.- 165 с.
21. Ивахин А.Е. Ступени гандбола. / А.Е.Ивахин, Г.Е.Белокопытов, А.А.Гончарук. - К.: Плеяды, 2005. – 180 с
22. Игнатъева В. Я. Гандбол. / В.Я.Игнатъева. - М: Физкультура и спорт, 2001. – 132с.
23. Игнатъева В.Я. Гандбол. Подготовка игроков в спортивных школах. / В.Я.Игнатъева. – М.: Советский спорт, 2013. – 287с.
24. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах. / В.Я.Игнатъева, И.В.Петрачева. – М.: Советский спорт, 2005. – 216с.
25. Івасик Н. Методика навчання плавання осіб із вадами слуху : метод. посіб. / Наталія Івасик, Юлія Біляк. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 48 с.

26. Йосипчук В. В. Наука з початкового навчання плавання учнів молодших та старших класів: допоміжні засоби та вправи для початкового навчання плаванню в басейнах та відкритих водоймах / В. В. Йосипчук. – Львів : ЛДІФК, 2004. – 146 с
27. Кот С.В. Техника и тактика игры вратаря в гандболе. / С.В.Кот. – Минск: БГУИР, 2007. – 74с.
28. Кузин В.В., Полиевский С.А., Баскетбол. Початковий етап навчання, - М.: Фізкультура и спорт, 1999.-133с.
29. Л.В.Козарева Азбука спорта «волейбол» - Москва «фізкультура и спорт»,2003. -168с
30. Недбайло М.Д. Гандбол. Методичні рекомендації. / М.Д.Недбайло. – Херсон: Айлант, 2001. – 36с.
31. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения. — М.: Академия, 2006. — 336 с.
32. Ожерельев Ю.С. Гандбол. Техника, тактика и методика обучения. / Ю.С.Ожерельев, А.А.Орехов. – М.: МГИУ, 2013. – 50с.
33. Олійник І.О., Єрусалимець К. Г. Рухливі ігри. Навчальний посібник. Кременець. КОГПІ, 2005. – 104 ст.
34. Организация и судейство соревнований по гандболу: Методическое пособие / Авт.-сост., А.Г.Коржева, А.П.Григорьев, С.А.Блохин, В.Э.Лихачев. – Казань:К(П)ФУ, 2015. – 50с.
35. Платонов В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм. / В.Н.Платонов. – М.: Советский спорт, 2010. – 310с.
36. Платонов В.Н. Энциклопедия Олимпийского спорта. / В.Н.Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 607с.
37. Прозар М.В., Козак Є.П. Волейбол. Кам'янець-Подільськ 2010 200с
38. Ренстрем П.А.Ф.Х. Спортивні травми. - Київ: Олімпійська література, 2002 - 378 с.
39. Ренстрем П.А.Ф.Х. Спортивні травми. - Київ: Олімпійська література, 2003. -471 с.
40. Селуянов, В. Н. «Физическая подготовка футболистов» / В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, К.С. Сарсания. – М.: ТВТ Дивизион, 2004. – 320 с.
41. Сортэл Ник Баскетбол — 100 упражнений и советов для юных игроков. — М.: Астрель АСТ, 2005. — 237 с.
42. Туманян Г.С. Спортивная борьба // Учебное пособие для техникумов и ИФК. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 144 с.
43. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта // Учебное пособие для ИФК. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 128 с.
44. Харви, Г. «Футбол для начинающих» / Г., Харви Р. Дангворт, Д. Миллер и К. Гиффорд. – М.: Издательство «Астрель», 2001. – 350 с.
45. Хромаев З.М., Мурзин Е.В., Обухов А.В., Защук С.Г. Упражнения баскетболиста. — К.: Друкарня ДУС, 2006. — 128 с.
46. Хромаев З.М., Поплавский Л.Ю., Мурзин Е.В., Обухов А.В. Говорят тренеры по баскетболу. — К.: Пресса Украины, 2005. — 160 с.
47. Хромаев З.М., Поплавський Л.Ю., Защук Г.С. Тетрадь тренера по баскетболу. — К.: Пресса України, 2003. — 129 с.
48. Цапенко В.А. Подготовка судей в гандболе. Учебное пособие для преподавателей физического воспитания и студентов высших учебных заведений. / В.А.Цапенко, В.А.Петров, Д.Г.Сердюк, С.В.Царенко. – Запорожье: ЗНУ, 2005. - 99с.
49. Цапенко В.А. Тактика игры в гандбол. Учебное пособие для преподавателей физического воспитания и студентов высших учебных заведений. / В.А.Цапенко, А.Е.Гусак, Е.Ю.Дорошенко. – Запорожье: ЗНУ, 2004. - 103с.
50. Цапенко В.А. Техника игры в гандбол. Учебное пособие для преподавателей физического воспитания и студентов высших учебных заведений. / В.А.Цапенко, А.Е.Гусак, Е.Ю.Дорошенко. – Запорожье:ЗНУ, 2004. – 132с.
51. Цапенко В.А. Физическая подготовка гандболистов. Учебное пособие для преподавателей физического воспитания и студентов высших учебных заведений. / В.А.Цапенко. – Запорожье: ЗНУ, 2006. – 130с.
52. Чесно, Ж.. «Футбол - обучение базовой технике» / Ж. Чесно, Ж. Дюрэ. Пер. с фран. – М. Спортакадем-пресс, 2002. – 300 с.
53. Чумаков Е.М. Сто уроков самбо. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 304 с.

54. Чумаков Е.М. Тактика борца –самбиста. – М.: Физкультура и спорт, 2006. –224 с.
55. Чумаков Е.М., «Сто уроков САМБО»/ Е.М. Чумаков.- М.: «ФИР-ПРЕСС», 2005 год.
56. Швыков, И. А., «Подготовка вратарей в футбольной школе» / И.А. Швыков – М.: Terra-спорт, 2005. – 110 с.
57. Швыков, И. А., «Футбол» / И.А. Швыков – М.: Terra-спорт, 2002. – 110 с.
58. Шестаков М.П. Гандбол. Тактическая подготовка. / М.П. Шестаков, И.Г. Шестаков. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 132с

Викладачі: Цап І.Г., Маланюк Л.Б., Лещак О.М., Ступар М.І., Матійчук І.В.,
Майструк В.В., П'ятничук Г.О.