



**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА СТАТИСТИКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ СТАТИСТИКИ ОБЛІКУ  
ТА АУДИТУ**

**КАФЕДРА ФІЛОСОФІЇ, ПРАВА ТА  
СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИХ ДИСЦИПЛІН**



**ЗАТВЕРДЖУЮ**

**Перший проректор  
науково-педагогічної роботи  
Л.С. Момотюк  
«01» вересня 2022 року**

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ОК7. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ**

Ступінь вищої освіти **Бакалавр**

Галузь знань **05 Соціальні та поведінкові науки**

Спеціальність **051 Економіка**

Освітня програма **«Прикладна статистика та бізнес аналітика»**

Київ  
2022 рік

Робоча програма «Фізичне виховання» для студентів спеціальності 051 «Економіка», «31» серпня 2022 року - 17 с.

Розробники: **Линник Андрій Миколайович**, старший викладач кафедри філософії, права та соціально-гуманітарних дисциплін

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри філософії, права та соціально-гуманітарних дисциплін  
Протокол від «30» серпня 2022 року № 1

Схвалено Вченою радою фінансово-економічного факультету НАСООА  
Протокол від «31 » серпня 2022 року № 1

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		<b>денна форма навчання</b>
Кількість кредитів – 6	05 «Соціальні та поведінкові науки» Спеціальність 051 «Економіка»	Обов'язкова
Модулів – 2	Освітньо-професійна програма: «Прикладна статистика та бізнес-аналітика»	<b>Рік підготовки:</b>
Змістових модулів – 4		1-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання		<b>Семестр</b>
Загальна кількість годин – 180		1-й та 2-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 3	Рівень освіти: перший (бакалаврський)	<b>Лекції</b>
		2 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>
		66 год
		<b>Лабораторні</b>
		-
		<b>Самостійна робота</b>
112 год.		
<b>Індивідуальні завдання</b>		
-		
<b>Вид контролю: залік</b>		

## **2. Мета та завдання навчальної дисципліни**

### **2.1. Мета вивчення дисципліни**

Мета дисципліни «**Фізичне виховання**» у вищому закладі освіти - послідовне формування фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня освіти.

### **2.2. Завдання вивчення дисципліни**

Для досягнення студентами мети фізичного виховання передбачається комплексне вирішення наступних завдань:

- формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом;
- формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботі, сімейному фізичному вихованні;
- зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, профілактика захворювань, забезпечення високого рівня фізичного стану, працездатності на протязі всього періоду навчання;
- оволодіння системою практичних умінь і навичок занять головними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, забезпечення, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості;
- набуття фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників вищого закладу освіти до життєдіяльності й обраної професії;
- придбання досвіду творчого використання фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей;
- здатності до виконання державних або відомчих тестів та нормативів на рівні вимог освітньо-кваліфікаційних характеристик та освітньо-професійних програм відповідного спеціаліста.

### **2.3. У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати:**

- основи здорового способу життя;
- основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й умінь застосувати їх на практиці у своїй фізичній активності;
- основи методики оздоровлення і фізичного удосконалення традиційними і нетрадиційними засобами та методами фізичної культури;

- основи професійно-прикладної фізичної підготовки й уміння застосовувати їх на практиці;
- основи фізичного виховання різних верств населення.

**вміти:**

- сформована навичка до щоденних занять фізичними вправами у різноманітних раціональних формах;
- систематичне фізичне тренування з оздоровчою або спортивною спрямованістю;
- виконання відомчих нормативів професійно-прикладної психофізичної підготовленості;
- поінформованість про всі головні цінності фізичної культури і спорту.

**2.4. Найменування компетентностей (код та назва за ОПШ), формування яких забезпечує вивчення дисципліни:**

ЗК2. Здатність зберігати моральні, культурні, наукові цінності та 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, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

**2.5. Передумови для вивчення дисципліни** – програма ґрунтується на концептуальних засадах законів України "Про фізичну культуру і спорт", "Про освіту", "Про вищу освіту", Цільової комплексної програми "Фізичне виховання - здоров'я нації", Положенні про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України, Концепції фізичного виховання в системі освіти України, Державних вимогах до навчальних програм з фізичного виховання, Державних стандартів вищої освіти та інших документах, що видані Міністерством освіти і науки України.

**2.6. Результати навчання:**

ПРН 2. Відтворювати моральні, культурні, наукові цінності, примножувати досягнення суспільства в соціально-економічній сфері, пропагувати ведення здорового способу життя.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

#### **Змістовий модуль 1 Загально-фізична та кросова підготовка**

##### **Тема 1. Вступна лекція. Техніка безпеки.**

Організація занять з фізичного виховання. Техніка безпеки під час занять з фізичного виховання. Організація фізкультурно-оздоровчої та спортивно масової роботи в академії.

##### **Тема 2. Основи розвитку загальної витривалості.**

Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні чи в спортивному залі, силова підготовка, кросова підготовка, основи орієнтування на місцевості.

##### **Тема 3. Основи силового фітнесу.**

Базові елементи силового фітнесу, вправи з гантелями, грифами, набивними м'ячами, розвиток силової витривалості. Розвиток гнучкості, загальної витривалості та координації.

#### **Змістовий модуль 2 Основи техніки баскетболу**

##### **Тема 4. Основи техніки ловлі та передачі м'яча в баскетболі.**

Положенню рук, стійці під час ловлі та передачі м'яча. Техніка ловлі-передачі м'яча двома руками від грудей. Техніка ловлі-передачі м'яча однією рукою від плеча. Техніка ловлі-передачі м'яча з відскоком від підлоги.

##### **Тема 5. Основи техніки ведення м'яча в баскетболі.**

Техніка ведення м'яча на місці. Техніка ведення м'яча правою, лівою рукою в русі. Техніка ведення м'яча зі зміною напрямку руху.

##### **Тема 6. Основи техніки штрафного кидка.**

Техніка кидка м'яча в кошик з місця. Техніка кидка м'яча в кошик з близької відстані. Техніка кидка м'яча в кошик з середньої відстані. Техніка штрафного кидка (однією, двома руками).

##### **Тема 7. Розвиток силових якостей.**

Розвиток м'язів верхнього плечового поясу. Згинання-розгинання рук в упорі стоячи на колінах. Згинання-розгинання рук в упорі лежачи на лаві.

### **Змістовий модуль 3. Легка атлетика**

#### **Тема 8. Загальна фізична підготовка**

Підготовка до участі в змаганнях. - Вдосконалення виконання основних елементів обраного виду спорту. - Складання тестів фізичної підготовки з обраного виду спорту.

#### **Тема 9. Основи техніки спортивної ходьби.**

Техніка постановки ноги та відштовхуванню під час спортивної ходьби. Техніка тазу під час спортивної ходьби. Техніка рухів ногами у поєднанні з рухами тазом під час спортивної ходьби. Техніка узгодженим рухам руками, плечима та тазом під час спортивної ходьби по прямій та по повороту. Техніка спортивної ходьби в цілому. Розвиток витривалості.

#### **Тема 10. Основи розвитку опорно-рухливого апарату.**

Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи . Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу.

#### **Тема 11. Основи розвитку силової витривалості.**

Базові елементи силового фітнесу, вправи з гантелями, грифами, набивними м'ячами, розвиток силової витривалості Розвиток гнучкості, загальної витривалості та координації.

#### **Тема 12. Основи виконання контрольних нормативів.**

Виконання контрольних нормативів змістовного модуля легка атлетика.

### **Змістовий модуль 4. Основи техніки волейболу.**

#### **Тема 13. Основи розвитку опорно-рухливого апарату.**

Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи. Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу.

#### **Тема 14. Основи техніки гри з м'ячем.**

Техніка ведення, прийому та зупинки м'яча, передачі, м'яча, техніка ударів по м'ячу. Основи тактики гри, розвиток сили, швидкості, координації спритності.

#### **Тема 15. Основи техніки переміщення на футбольному полі.**

Навчання та удосконалення техніка переміщення гравця на футбольному полі. Розвиток спритності. Тактична підготовка.

**Тема 16. Основи техніки передачі м'яча.**

Навчання та удосконалення техніки виконання передачі м'яча. Розвиток швидкісно-силових якостей.

**Тема 17. Основи розвитку швидкісної витривалості.**

Навчання та удосконалення техніки бігу на середній дистанції. Розвиток швидкісної витривалості.

**Тема 18. Виконання контрольних нормативів**

Виконання контрольних нормативів змістовного модуля легка атлетика та основи техніки футболу.



#### 4. Структура навчальної дисципліни:

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма				
	усього	у тому числі			
		л	п	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6
<b>Змістовий модуль 1 Загально-фізична та кросова підготовка</b>					
Тема 1. Вступна лекція. Техніка безпеки.	2	2	-	-	-
Тема 2. Основи розвитку загальної витривалості.	14	-	4		10
Тема 3. Основи силового фітнесу.	10	-	4		6
<b>Змістовний модуль 2 Основи техніки баскетболу</b>					
Тема 4. Основи техніки ловлі та передачі м'яча в баскетболі.	10	-	4		6
Тема 5. Основи техніки ведення м'яча в баскетболі.	10		4		6
Тема 6. Основи техніки штрафного кидка.	10		4		6
Тема 7. Розвиток силових якостей.	14		4		10
<b>Змістовий модуль 3. Легка атлетика</b>					
Тема 8. Загальна фізична підготовка	12		4		8
Тема 9. Основи техніки спортивної ходьби.	10		4		6
Тема 10. Основи розвитку опорно-рухливого апарату.	10		4		6
Тема 11. Основи розвитку силової витривалості.	10		4		6
Тема 12. Основи виконання контрольних нормативів.	10		4		6
<b>Змістовий модуль 4. Основи техніки футболу.</b>					
Тема 13. Основи розвитку опорно-рухливого апарату.	10		4		8
Тема 14. Основи техніки гри з м'ячем.	10		4		6
Тема 15. Основи техніки переміщення по залу.	10		4		6

Тема 16. Основи техніки передачі м'яча.	12		4		8
Тема 17. Основи розвитку швидкісної витривалості.	12		4		8
Тема 18. Виконання контрольних нормативів	4		4		-
<b>Усього годин</b>	<i>180</i>		<i>68</i>		<i>112</i>

### 5. Теми лекційних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	2	3
1	Тема 1. Вступна лекція. Техніка безпеки. 1. Організація занять з фізичного виховання 2. Техніка безпеки під час занять з фізичного виховання	2
<b>Разом</b>		<b>2</b>

### 6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	2	3
1	Тема 2. Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні, кросова підготовка на пересіченій лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості	4
2	Тема 3. Базові елементи силового фітнесу, вправи з гантелями, грифами, набивними м'ячами, розвиток силової витривалості. Розвиток гнучкості, загальної витривалості та координації	4
3	Тема 4. Техніка передачі м'яча і ведення м'яча, кидки м'яча, навчальна гра у нападі	4
4	Тема 5. Техніка передачі м'яча і ведення м'яча, кидки м'яча, навчальна гра у нападі і захисті. Розвиток спритності, швидкості, координації рухів	4
5	Тема 6. Прийом контрольних нормативів та тестів модуля баскетбол	4
6	Тема 7. Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи (СБУ). Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу	4
7	Тема 8. Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні,	4

	кросова підготовка на пересіченій лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості	
1	2	3
8	Тема 9. Техніка спортивної ходьби	4
9	Тема 10. Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні, кросова підготовка на пересіченій лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості	4
10	Тема 11. Базові елементи силового фітнесу, вправи з гантелями, грифами, набивними м'ячами, розвиток силової витривалості. Розвиток гнучкості, загальної витривалості та координації	4
11	Тема 12. Виконання контрольних нормативів	4
12	Тема 13. Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні, кросова підготовка на пересіченій лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості	4
13	Тема 14. Техніка гри з м'ячем	
14	Тема 15. Техніка переміщення на футбольному полі	4
15	Тема 16. Техніка передачі м'яча	4
16	Тема 17. Розвиток швидкісної витривалості	4
	<b>Разом</b>	<b>68</b>

## 7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	<p><b>Загально-фізична та кросова підготовка (Теми 1 -3):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Кросова підготовка.</li> <li>- Стрибки через скакалку – 1-3 хв.</li> <li>- Серійне виконання вправ із помірною інтенсивністю (наприклад: 50 підскоків + 30 присідань у темпі + 30 підскоків – повторити 2-3 рази).</li> <li>- Кругове тренування.</li> <li>- Спортивні ігри.</li> <li>- Серійне виконання силових вправ.</li> <li>- Утримання кута у висі та упорі.</li> <li>- Плавання протягом 12 хвилин.</li> <li>- Рухливі ігри “Лапта”, “Коршак та квочка”, “Піймай хвіст”.</li> </ul>	16
2	<p><b>Основи техніки баскетболу (Теми 4- 7)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Стрибки через скакалку.</li> <li>- Підскоки на одній і двох ногах.</li> <li>- Багатоскоки.</li> <li>- Вистрибування із присіду.</li> <li>- Потрійний стрибок з місця.</li> <li>- Біг з партнером на спині і плечах.</li> <li>- Метання набивних м'ячів.</li> <li>- Штовхання ядра.</li> <li>- Ігрові завдання за сигналом.</li> <li>- Рухливі ігри “Переправа”, “Горобчики-стрибунчики”, “В'юни”, “Гусениця”.</li> </ul>	28
3	<p><b>Легка атлетика: (Теми 8 – 12)</b></p> <p>Швидкісно-силові вправи.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Стрибки через скакалку.</li> <li>- Підскоки на одній і двох ногах.</li> <li>- Багатоскоки.</li> <li>- Вистрибування із присіду.</li> <li>- Потрійний стрибок з місця.</li> <li>- Біг з партнером на спині і плечах.</li> <li>- Метання набивних м'ячів.</li> <li>- Штовхання ядра.</li> <li>- Ігрові завдання за сигналом.</li> <li>- Рухливі ігри “Переправа”, “Горобчики-стрибунчики”, “В'юни”, “Гусениця”.</li> </ul>	32

1	2	3
2	<b>Основи техніки волейболу (Теми 13 – 18)</b> - Кросова підготовка. - Стрибки через скакалку – 1-3 хв. - Серійне виконання вправ із помірною інтенсивністю (наприклад: 50 підскоків + 30 присідань у темпі + 30 підскоків – повторити 2-3 рази). - Кругове тренування. - Спортивні ігри. - Серійне виконання силових вправ. - Утримання кута у висі та упорі. - Різноспрямовані рухи руками і ногами одночасно й послідовно. - Рухливі ігри “Лапта”, “Коршак та квочка”, “Піймай хвіст”.	36
	<b>Разом</b>	112

## 8. Методи навчання:

При викладанні дисципліни застосовуються словесні та практичні методи навчання. До числа наочних методів, які застосовуються при викладанні дисципліни, належать: ілюстрація, демонстрація.

## 9. Методи контролю

Навчальні досягнення студентів з дисципліни оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов'язковості модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок, розширення кількості підсумкових балів до 100.

***Відповідно до Положення про внутрішню систему забезпечення якості освіти в НАСOA та Положення про академічну доброчесність у НАСOA у разі виявлення викладачем порушення студентом норм та правил академічної доброчесності, викладач зобов'язаний застосувати норми п.11.8.3 Положення про внутрішню систему забезпечення якості освіти в НАСOA, зокрема: «повторне проходження оцінювання (тест, контрольна робота, залік, іспит тощо); повторне проходження відповідного освітнього компонента (модуля) освітньої програми».***

Контроль успішності студентів з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання здійснюється відповідно до навчально-методичної карти дисципліни, де зазначено види контролю і кількість балів за видами. Систему рейтингових балів для різних видів контролю та порядок їх переведення у національну (4-бальну) та європейську (ECTS) шкалу подано нижче у таблицях.

**10. Розподіл балів, які отримують студенти  
1-й семестр**

Поточне оцінювання, тестування та самостійна робота							<i>За лік</i>	<i>Су ма</i>
Змістовний модуль 1			Змістовний модуль 2					
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7		
10	10	10	10	10	10	10	<b>30</b>	<b>100</b>

**2-й семестр**

Поточне оцінювання, тестування та самостійна робота											<i>За лік</i>	<i>Су ма</i>
Змістовний модуль 1					Змістовний модуль 2							
T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18		
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	10	<b>30</b>	<b>100</b>

**Шкала оцінювання: національна та ECTS**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового роботи, практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
74-81	<b>C</b>		
64-73	<b>D</b>		
60-63	<b>E</b>	задовільно	
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## **11. Методичне забезпечення**

1. Методичні рекомендації для самостійної роботи з дисципліни «Фізичне виховання» для студентів усіх спеціальностей першого (бакалаврського) рівня / Укладач А.М. Линник, Київ: НАСОА, 2022. 12 с.

2. Методичні рекомендації з волейболу для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня всіх спеціальностей / Укл. А.М.Линник, А.М.Гуляєв. Київ: НАСОА, 2020. 58 с.

3. Методичні рекомендації до виконання атлетичних вправ для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня волейболу для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня всіх спеціальностей / Укл. В.А Висоцький, А.М.Линник. Київ: НАСОА, 2021. 36 с.

3. Методичні рекомендації до проведення тренувань з боксу (для практичних вправ) для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня волейболу для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня всіх спеціальностей / Укл. В.А Висоцький, А.М. Линник. Київ: НАСОА, 2020. 40 с.

## **12.Рекомендована література**

### **Базова**

1. Хома Т.В. Педагогіка фізичного виховання і спорту: теоретико-практичний супровід для самостійної роботи студентів: навчальний посібник. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 104 с.
2. Костюкевич В.М. Організація і проведення змагань із спортивних ігор. Навчальний посібник. Центр навчальної літератури, 2019. 216 с.
3. Присяжнюк Станіслав Фізичне виховання. Теоретичний розділ. Центр навчальної літератури, 2019. 504 с.
4. Антонік В., Антонік І., Андріанов В. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. Професіонал, центр фізичної культури, 2019. 336 с.
5. Іваній Ігор. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання та спорту. Навчально-методичний посібник. Університетська книга, 2018.

### **Додаткова**

1. Браславська Н. В. Роль фізичної культури в житті студентської молоді. URL: <http://dspace.oneu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/12866/1/.pdf>
2. Висоцький В., Калугін І., Коваленко О., Линник А. Формування цілеспрямованості в студентської молоді засобами фізичного виховання. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2020. № 3(123). С. 29–33. URI: <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/97>

3. Висоцький, В. А.; Калугін, І. Г.; Коваленко, О. В.; Линник, А. М. Ефективність фізичного виховання студентської молоді засобами спортивно-ігрової діяльності. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2019. № 3(111). С. 30–34. URI: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/25367>
4. Гасюк І.Л. Фізична культура в освітній сфері": перспективні шляхи державного стимулювання розвитку. URL: [http://www.investplan.com.ua/pdf/12\\_2011/28.pdf](http://www.investplan.com.ua/pdf/12_2011/28.pdf)
5. Костюкевич В. Шевчук Л., Соколькова О. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті. Центр навчальної літератури, 2019. 256 с.
6. Олешко В. Моделювання, відбір та орієнтація підготовки спортсменів у силових видах спорту. Центр навчальної літератури, 2019. 252 с.
7. Пападюха Ю. Сучасні комп'ютеризовані комплекси та системи у технологіях фізичної реабілітації. Центр навчальної літератури, 2018. 300 с.
8. Петков С., Ануфрієв М., Копотун І., Коропатнік І., Кривенко О. Стандарти НАТО та їх адаптація в Україні під час дії воєнного стану: Матеріально-технічне забезпечення за стандартами НАТО в Україні 2022. Професіонал, 496 с.
9. Пістун І., Пістун А., Тубальцева Н. Охорона праці в галузі освіти (фізична культура і спорт). Навчальний посібник. Університетська книга, 2018. 444 с.
10. Про затвердження рекомендацій щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивно-підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року. Наказ Міністерства науки і освіти України. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-rekomendacij-shodo-strategichnogo-rozvitku-fizichnogo-vihovannya-ta-sportivnoyi-pidgotovki-sered-uchnivskoyi-molodi-na-period-do-2025-roku>
11. Про затвердження тестів і нормативів для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України. Міністерство молоді та спорту України. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0195-17#Text>
12. Стаття 26. Фізична культура у сфері освіти URL: [https://protocol.ua/ru/pro\\_fizichnu\\_kulturu\\_i\\_sport\\_stattya\\_26/](https://protocol.ua/ru/pro_fizichnu_kulturu_i_sport_stattya_26/)
13. Тимчик М.В., Линник А.М., Гуляєв А.М. Військово-патріотичне виховання здобувачів вищої освіти у процесі фізультурно-масової роботи. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2022. № 6(151). С. 154–157. URI: <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/831/817>



### 13. Інформаційні джерела

1. Міністерство молоді та спорту України. Офіційний сайт. URL: <https://mms.gov.ua>
2. Національний олімпійський комітет України. Офіційний сайт. URL: <https://noc-ukr.org>
3. Всеукраїнський центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх - здоров'я для кожного». Офіційний сайт. URL: <https://sportforall.gov.ua>
4. Спортивний комітет України. Офіційний сайт. URL: <https://scu.org.ua>