

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ПОЛТАВСЬКА ПОЛІТЕХНІКА ІМЕНІ ЮРІЯ КОНДРАТЮКА»

Факультет фізичної культури та спорту

Кафедра фізичної культури та спорту



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
та навчальної роботи

А. М. Мартиненко

2024 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

(назва навчальної дисципліни)

Підготовки **бакалавра**

(назва ступеня вищої освіти)

Спеціальності **012 «Дошкільна освіта»**

(шифр і назва спеціальності)

Полтава

2024 рік

Handwritten signature

Робоча програма навчальної дисципліни «Фізичне виховання» для здобувачів спеціальності 012 «Дошкільна освіта» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти.
Складена відповідно до освітньої програми «Дошкільна освіта» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, 2024 р.

Розробники: Синиця Т.О., к.фіз.вих., доцент, доцент кафедри фізичної культури та спорту

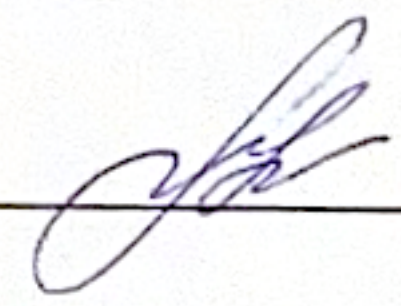
ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньої програми  Клевака Л. П.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної культури та спорту
Протокол від «28» серпня 2024 року № 2

Завідувач кафедри фізичної культури та спорту  Оніщук Л. М.
«28» серпня 2024 року

Схвалено навчально-методичною комісією факультету
Протокол від «29» серпня 2024 року № 1

Голова навчально-методичної комісії
факультету фізичної культури та спорту  Горошко В. І.
«29» серпня 2024 року

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		форма навчання денна	
Кількість кредитів – 4	Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка	Обов’язкова	
Загальна кількість годин – 120			
Модулів – 2	Спеціальність: 012 Дошкільна освіта	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 5		І-й	
		Семестр	
		I	II
Індивідуальне завдання – не передбачені	Ступінь вищої освіти бакалавр	Практичні	
		30 год.	30 год.
		Самостійна робота	
		30 год.	30 год.
		Вид контролю:	
		диф. залік	диф. залік

Примітка.

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

для денної форми навчання – 60/60

2. Мета навчальної дисципліни

Мета вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання»: знання і дотримання основ здорового способу життя; знання основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й уміння застосувати їх на практиці у своїй фізичній активності; знання основ методики оздоровлення і фізичного удосконалення традиційними і нетрадиційними засобами і методами фізичної культури; знання основ фізичного виховання різних верств населення; стійка навичка до щоденних занять фізичними вправами у різноманітних раціональних формах; поінформованість про всі головні цінності фізичної культури і спорту.

Упродовж опанування курсу студенти повинні набути таких компетентностей:

КЗ-2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця в загальній системі знань про природу і суспільство та в розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

КЗ-8. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

КЗ-9. Здійснення безпечної діяльності.

КС-12. Здатність до фізичного розвитку дітей раннього і дошкільного віку, корекції і зміцнення їхнього здоров'я засобами фізичних вправ і рухової активності.

КС-14. Здатність до формування в дітей раннього і дошкільного віку навичок здорового способу життя як основи культури здоров'я (валеологічної культури) особистості.

3. Передумови для вивчення дисципліни

Передумовою вивчення дисципліни є знання, отримані в закладах середньої освіти.

4. Очікувані результати навчання з дисципліни

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен оволодіти такими вміннями й навичками:

ПР-01. Розуміти і визначати педагогічні умови, закономірності, принципи, мету, завдання, зміст, організаційні форми, методи і засоби, що використовуються в роботі з дітьми від народження до навчання у школі; знаходити типові ознаки і специфіку освітнього процесу і розвитку дітей раннього і дошкільного віку.

ПР-07. Планувати освітній процес у закладах дошкільної освіти з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей та потреб дітей раннього і дошкільного віку, дітей з особливими освітніми потребами та складати прогнози щодо його ефективності.

ПР-08. Вміти складати індивідуальні програми розвитку для дітей з особливими освітніми потребами та необхідні для навчання документи; бути знайомим з універсальним дизайном в освіті та розумним пристосуванням.

ПР-12. Будувати цілісний освітній процес з урахуванням основних закономірностей його перебігу. Оцінювати власну діяльність як суб'єкта педагогічної праці.

ПР-14. Мати навички збереження та зміцнення психофізичного і соціального здоров'я дітей.

ПР-20. Враховувати рівні розвитку дітей при виборі методик і технологій навчання і виховання, при визначенні зони актуального розвитку дітей та створенні зони найближчого розвитку.

ПР-22. Дотримуватись умов безпеки життєдіяльності дітей раннього і дошкільного віку.

5. Критерії оцінювання результатів навчання

Критерієм успішного проходження студентом підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни.

Мінімальний поріг рівень оцінки варто визначати за допомогою якісних критеріїв і трансформувати в мінімальну позитивну оцінку числової (рейтингової) шкали.

Сума балів	Значення ЄКТС	Оцінка	Критерій оцінювання	Рівень компетентності
90–100	А	Відмінно	Здобувач демонструє повні та міцні знання навчального матеріалу в обсязі, що відповідає робочій програмі дисципліни, правильно й обґрунтовано приймає необхідні рішення в різних нестандартних ситуаціях. Власні пропозиції Здобувача в оцінках і вирішенні практичних задач підвищує його вміння використовувати знання, які він отримав при вивченні інших дисциплін.	Високий, що повністю забезпечує вимоги до знань, умінь і навичок, що викладені в робочій програмі дисципліни.
82–89	В	Добре	Здобувач демонструє гарні	Достатній, що

			знання, добре володіє матеріалом, що відповідає робочій програмі дисципліни, робить на їх основі аналіз можливих ситуацій та вміє застосовувати теоретичні положення при вирішенні практичних задач, але допускає окремі неточності. Вміє самостійно виправляти допущені помилки, кількість яких є незначною.	забезпечує Здобувачу самостійне вирішення основних практичних задач.
74–81	С	Добре	Здобувач у загальному добре володіє матеріалом, знає основні положення матеріалу, що відповідають робочій програмі дисципліни, робить на їх основі аналіз можливих ситуацій і використовує для рішення характерних/типових практичних завдань на професійному рівні. Додаткові питання про можливість використання теоретичних положень для практичного використання викликають ускладнення.	Достатній, конкретний рівень за вивченим матеріалом робочої програми дисципліни.
64–73	D	Задовільно	Здобувач засвоїв основний теоретичний матеріал, передбачений робочою програмою дисципліни, розуміє постановку стандартних практичних завдань, має пропозиції щодо напрямку їх вирішень. Розуміє основні положення, що є визначальними в курсі, може вирішувати подібні завдання тим, що розглядалися із викладачем, але допускає значну кількість неточностей і грубих помилок, які може усувати за допомогою викладача.	Середній, що забезпечує достатньо надійний рівень відтворення основних положень дисципліни.
60–63	E	Достатньо	Здобувач має певні знання матеріалу, передбаченого робочою програмою, володіє основними положеннями на рівні, який визначається як мінімально допустимий. Правила вирішення практичних завдань із використанням	Середній, що є мінімально допустимим у всіх складових навчальної дисципліни.

			основних теоретичних положень пояснюються з труднощами. Виконання практичних завдань значно формалізоване: є відповідність алгоритму, але відсутнє глибоке розуміння роботи та взаємозв'язків з іншими дисциплінами.	
35–59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання екзамену/заліку	Здобувач може відтворити окремі фрагменти з курсу. Незважаючи на те, що програму навчальної дисципліни здобувач виконав, працював він пасивно, його відповіді під час практичних і лабораторних робіт у більшості є невірними, необґрунтованими. Цілісність розуміння матеріалу з дисципліни у здобувача відсутні.	Низький, не забезпечує практичної реалізації задач, що формуються при вивченні дисципліни.
0–34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Здобувач повністю не виконав вимог робочої програми навчальної дисципліни. Його знання на підсумкових етапах навчання є фрагментарними. Здобувач не допущений до здачі екзамену/заліку.	Незадовільний, здобувач не підготовлений до самостійного вирішення задач, які окреслює мета та завдання дисципліни.

6. Засоби діагностики результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є: поточний та проміжний контроль (контрольні нормативи, експрес-тести), диференційований залік.

7. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА.

Змістовий модуль 1. ЛЕГКА АТЛЕТИКА.

Тема 1. Вступ до навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

Практичне заняття № 1.

Тема 2. Техніка бігу на короткі та середні дистанції.

Практичні заняття № 2-3.

Тема 3. Розвиток витривалості.

Практичні заняття № 4-5.

Тема 4. Техніка стрибків у довжину.

Практичні заняття № 6-7.

Змістовий модуль 2. СПОРТИВНІ ІГРИ.

Тема 5. Основні положення та переміщення у спортивних іграх.

Практичні заняття № 8-9.

Тема 6. Тактико-технічні дії в спортивних іграх.

Практичні заняття № 10-11.

Тема 7. Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (баскетбол).

Практичні заняття № 12-13.

Тема 8. Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (волейбол).

Практичні заняття № 14-15.

Модуль 2. РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ.

Змістовий модуль 3. Гімнастика.

Тема 9. Розвиток фізичних якостей.

Практичне заняття № 16.

Тема 10. Вправи для формування правильної постави.

Практичне заняття № 17.

Тема 11. Вправи на гімнастичній стінці.

Практичне заняття № 18.

Тема 12. Атлетична гімнастика.

Практичні заняття № 19-20.

Змістовий модуль 4. ЗФП – ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА.

Тема 13. Профілактика травматизму під час занять ЗФП.

Практичне заняття № 21.

Тема 14. Вправи для розвитку сили основних м'язових груп.

Практичне заняття № 22.

Тема 15. Удосконалення розвитку силових якостей.

Практичне заняття № 23.

Тема 16. Удосконалення фізичного розвитку, постави, головних життєво важливих рухових якостей.

Практичне заняття № 24.

Тема 17. Вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для підвищення функціональних можливостей.

Практичне заняття № 25.

Тема 18. Перевірка і оцінка рухових якостей (сила, витривалість, гнучкість, спритність).

Практичне заняття № 26.

Змістовий модуль 5. ППФП (ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА).

Тема 19. Особливості складання комплексів вправ професійно прикладної спрямованості.

Практичні заняття № 27-28.

Тема 20. Позитивний вплив вправ ППФП на організм.

Практичне заняття № 29.

Тема 21. Підведення підсумків семестру.

Практичне заняття № 30.

8. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
Модуль 1. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА						
Змістовий модуль 1. Легка атлетика						
Вступ до навчальної дисципліни «Фізичне виховання»	4		2			2
Техніка бігу на короткі та середні дистанції	8		4			4
Розвиток витривалості	8		4			4
Техніка стрибків у довжину	8		4			4
Разом за змістовим модулем 1	28		14			14
Змістовий модуль 2. Спортивні ігри						
Основні положення та переміщення у спортивних іграх	8		4			4
Тактико-технічні дії в спортивних іграх	8		4			4
Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (баскетбол)	8		4			4
Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (волейбол)	8		4			4
Разом змістовим модулем 2	32		16			16
Модуль 2. РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ						
Змістовий модуль 3. Гімнастика						
Розвиток фізичних якостей	4		2			2
Вправи для формування правильної постави	4		2			2
Вправи на гімнастичній стінці	4		2			2
Атлетична гімнастика.	8		4			4
Разом за змістовим модулем 3	20		10			10
Змістовий модуль 4. ЗФП – Загальна фізична підготовка						
Профілактика травматизму під час занять ЗФП	4		2			2
Вправи для розвитку сили основних м'язових груп	4		2			2
Удосконалення розвитку силових якостей	4		2			2
Удосконалення фізичного розвитку, постави, головних життєво важливих рухових якостей.	4		2			2
Вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для підвищення функціональних можливостей	4		2			2

Перевірка і оцінка рухових якостей (сила, витривалість, гнучкість, спритність)	4		2			2
Разом за змістовим модулем 4	24		12			12
Змістовий модуль 5. ППФП (професійна прикладна фізична підготовка)						
Особливості складання комплексів вправ професійно прикладної спрямованості	8		4			4
Позитивний вплив вправ ППФП на організм	4		2			2
Підведення підсумків семестру.	4		2			2
Разом за змістовим модулем 5	16		8			8
Усього годин	120		60			60

9. Перелік питань до семінарських занять

№ заняття	Назва питання	Кількість годин для денної форми
	Семінарські заняття не передбачені	

10. Перелік питань до практичних занять

№ заняття	Назва питання	Кількість годин для денної форми
1.	Вступ до навчальної дисципліни «Фізичне виховання»	2
2–3.	Техніка бігу на короткі та середні дистанції	4
4–5.	Розвиток витривалості	4
6–7.	Техніка стрибків у довжину	4
8–9.	Основні положення та переміщення у спортивних іграх	4
10–11.	Тактико-технічні дії в спортивних іграх	4
12–13.	Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (баскетбол)	4
14–15.	Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (волейбол)	4
16.	Розвиток фізичних якостей	2
17.	Вправи для формування правильної постави	2
18.	Вправи на гімнастичній стінці	2
19–20.	Атлетична гімнастика	4
21.	Профілактика травматизму під час занять ЗФП	2
22.	Вправи для розвитку сили основних м'язових груп	2
23.	Удосконалення розвитку силових якостей	2
24.	Удосконалення фізичного розвитку, постави, головних життєво важливих рухових якостей.	2
25.	Вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для підвищення функціональних можливостей	2
26.	Перевірка і оцінка рухових якостей (сила, витривалість, гнучкість, спритність)	2
27–28.	Особливості складання комплексів вправ професійно прикладної спрямованості	4
29.	Позитивний вплив вправ ППФП на організм	2

30.	Підведення підсумків навчального року	2
Усього		60

11. Перелік питань до лабораторних занять

№ заняття	Назва питання	Кількість годин для денної форми
	Лабораторні заняття не передбачені	

12. Самостійна робота

№ заняття	Назва питання	Кількість годин для денної форми
1.	Вступ до навчальної дисципліни «Фізичне виховання»	2
2.	Техніка бігу на короткі та середні дистанції	4
3.	Розвиток витривалості	4
4.	Техніка стрибків у довжину	4
5.	Основні положення та переміщення у спортивних іграх	4
6.	Тактико-технічні дії в спортивних іграх	4
7.	Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (баскетбол)	4
8.	Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (волейбол)	4
9.	Розвиток фізичних якостей	2
10.	Вправи для формування правильної постави	2
11.	Вправи на гімнастичній стінці	2
12.	Атлетична гімнастика	4
13.	Профілактика травматизму під час занять ЗФП	2
14.	Вправи для розвитку сили основних м'язових груп	2
15.	Удосконалення розвитку силових якостей	2
16.	Удосконалення фізичного розвитку, постави, головних життєво важливих рухових якостей	2
17.	Вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для підвищення функціональних можливостей	2
18.	Перевірка і оцінка рухових якостей (сила, витривалість, гнучкість, спритність)	2
19.	Особливості складання комплексів вправ професійно прикладної спрямованості	4
20.	Позитивний вплив вправ ППФП на організм	2
21.	Підведення підсумків семестру	2
	Усього	60

13. Індивідуальні завдання

№ заняття	Назва питання	Кількість годин для денної форми
	Індивідуальні заняття не передбачені	

14. Методи навчання

При викладанні дисципліни застосовуються словесні та практичні методи навчання.

вивчення дисципліни	
--------------------------------	--

Шкала та критерії оцінювання виконання практичних завдань

Бали	Критерії оцінювання
3	Виконано завдання практичної роботи в повному обсязі, належним чином оформлено висновки, в яких відображено здатність до практичного застосування отриманих знань.
2	Виконано завдання практичної роботи із несуттєвими помилками або не в повному обсязі, оформлено висновки, які частково розкривають практичне завдання.
1	Виконано із суттєвими помилками.
0	Не виконано практичну роботу.

Шкала та критерії оцінювання виконання завдань самостійної роботи

Бали	Критерії оцінювання
1-2	Виконання завдань самостійної роботи здійснене у повному обсязі, не містить помилок, що дає можливість оцінити формування компетентностей та отримання програмних результатів навчання у здобувача вищої освіти на високому рівні.
0,5-1	Виконання завдань самостійної роботи здійснене не у повному обсязі, містить несуттєві помилки, що дає можливість оцінити рівень формування компетентностей та отримання програмних результатів навчання у здобувача вищої освіти як достатній.
0	Завдання самостійної роботи не виконано та/або результати не відповідають поставленим завданням та/або завдання виконано із суттєвими помилками.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

100-бальна рейтингова система оцінювання	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою для диференційованого заліку
90 – 100	A – відмінно	5 – відмінно
82 – 89	B – дуже добре	4 – добре
74 – 81	C – добре	
64 – 73	D – задовільно	3 – задовільно
60 – 63	E – достатньо	
35 – 59	FX – незадовільно з можливістю повторного складання	2 – незадовільно
0-34	F – незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

Правила модульно-рейтингового оцінювання знань

Загальна трудомісткість дисципліни – 100 балів, із них: при підсумковому контролі у вигляді заліку 70 балів відведено на поточний контроль, а 30 балів – на підсумковий (для допуску до заліку необхідно мати не менше 35 балів поточної успішності).

1. Поточний контроль. Бали, отримані впродовж семестру, за видами навчальної діяльності розподіляються наступним чином (розподіл орієнтовний):

робота на практичних заняттях (виконання практичних завдань, а в разі їх пропусків з поважної причини – індивідуальні співбесіди на консультаціях за темами відповідних занять) – до 70 балів.

Пропуски занять підлягають обов’язковому відпрацюванню в індивідуальному порядку під час консультацій. Пропущене заняття має бути відпрацьоване впродовж двох наступних тижнів, при тривалій відсутності студента на заняттях з поважної причини встановлюється індивідуальний графік відпрацювання пропусків, але не пізніше початку екзаменаційної сесії.

Студент, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку (не менше 35 балів), допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

2. Підсумковий контроль Підсумковим контролем є диференційований залік.

17. Методичне забезпечення

1. Воробйов О.В., Жалій Р.В. Види фізичної культури: методичні рекомендації. Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2020. 67 с.
2. Воробйов О.В. Теорія і методика викладання футболу: конспект лекцій із навчальної дисципліни для студентів II курсу факультету фізичної культури та спорту денної форми навчання. Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2018. 82 с.
3. Гета А.В. Методичні рекомендації до самостійної роботи студентів з дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики»: навчально-методичний посібник для студентів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2024. 127 с.
4. Жалій Р.В. Легка атлетика з методикою викладання: курс лекцій. Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2019. 72 с.
5. Косяк О.В. Фізичне виховання у закладах вищої освіти: методичні рекомендації до практичних занять для студентів усіх спеціальностей. Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. 59 с.
6. Остапов А.В. Фізичне виховання: методичні рекомендації до практичних занять. Полтава: НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2021. 49 с.

18. Рекомендована література

Базова

1. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: навч. посіб. К., 2008. 256 с.
2. Жалій Р. В., Воробйов О. В. Здоров’язбережувальні технології в освітньому процесі сучасного закладу вищої освіти: поняття, методика впровадження, практика закладів освіти / Фізкультурно-оздоровчі та спортивні технології в освітньому просторі: теорія і практика: колективна монографія / за заг. ред. О. О. Момот; Ю. В. Зайцевої. Полтава: ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2020. С. 75–89.
3. Носко М. О., Данілов О. О., Маслов В. М. Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах при організації кредитно-модульної технології [Текст]: підруч. для каф. фіз. виховання та спорту ВНЗ III-IV рівня акредитації. К.: Слово, 2021. 264 с.
4. Сергієнко Л. П. практикум з теорії і методики фізичного виховання: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту. Х.: «ОВС», 2007. 406 с.
5. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів [Текст]: підручник для студ. вищих навч. закл. фіз. виховання і спорту, Ч.2. Тернопіль: Навчальна книга: Богдан, 2009. 248 с.

Допоміжна

1. Давлетьярова К. В., Солтанова В. Л., Капилевич Л. В., Андреев В. І. Форми підвищення рухової активності студентів із порушенням здоров'я [Текст] / Фізична культура: Виховання, освіта, тренування, 2011. № 5. С. 55-58.
3. Дьякова Е. Ю., Болтаєва О. Х., Лалаєва Г.С., Захарова А. Н. Лікувальна фізична культура як форма реалізації навчального процесу з фізичного виховання студентів [Текст] / Теорія та практика фізичної культури, 2010. № 10. С. 62-63.
4. Жалій Р. Здоров'язбережувальна діяльність учасників освітнього процесу як пріоритет дистанційного навчання. Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та фізичного виховання: збірник матеріалів І Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції з міжнародною участю, 02 грудня 2020 р. Полтава: Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. С. 90-91.
5. Жалій Р. Здоров'язбережувальні технології як пріоритет в умовах дистанційного навчання: вимоги карантинного законодавства. Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції «Право і суспільство: актуальні питання та перспективи розвитку» (Полтава, 10.12.2020 року). Полтава, 2020. С. 149-151.
6. Іващенко О. В. Загальнорозвиваючі вправи [Текст]: Метод. посіб. / О. В. Іващенко, О. М. Худолій, Т. В. Карпунець; Харк. держ. педуніверситет ім. Г.С.Сковороди. Х.: ОВС, 2000. 60 с.: іл. Корягін В. М., Блавт О. З., Безгребельна О. П., Людовік Т. В. Оздоровча фізична культура в житті дорослого населення [Текст] / Теорія та методика фізичного виховання, 2012. № 5. С. 8-11. Синиця С. В., Шестерова Л. Є., Синиця Т. О. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення [Текст]: навч. посіб. Львів, 2018. 236 с.

19. Інформаційні ресурси

Платформа дистанційної освіти Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка». Освітній компонент «Фізичне виховання»:

<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=2130>