

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства та природокористування
Навчально-науковий інститут охорони здоров'я
Кафедра теорії та методики фізичного виховання

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної,
методичної та виховної роботи
_____ О. А. Лагоднюк

“ _____ ” _____ 2018 р.



Національний університет
водного господарства
та природокористування

08-01-11

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН
(ЛЕГКА АТЛЕТИКА, ГІМНАСТИКА)

Program of the Discipline

THEORY AND METHODOLOGY OF TEACHING SPORTS DISCIPLINES
(ATHLETICS, GYMNASTICS)



Національний університет
водного господарства
та природокористування

спеціальність
specialty

227 Фізична терапія, ерготерапія
227 PHYSICAL THERAPY,
ERGOTHERAPY

галузь знань
branch of knowledge

22 Охорона здоров'я
22 Health care

Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика)» для студентів, які навчаються за спеціальністю 227 Фізична терапія, ерготерапія. Рівне: НУВГП, 2018. – 15 с.

Розробник: Чернієнко Олександр Андрійович – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання.



фізичного виховання.

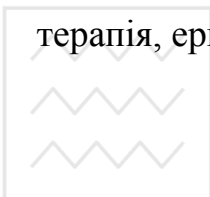
національний університет
водного господарства
та природокористування

Протокол від «27» серпня 2018 року № 1

В.о. завідувача кафедри _____
(підпис)

М.І. Євтух
(ініціали та прізвище)

Схвалено науково-методичною комісією за спеціальністю 227 Фізична терапія, ерготерапія.



національний університет
водного господарства
та природокористування

Протокол від «06» вересня 2018 року № 7

Голова науково-методичної комісії _____
(підпис)

І. М. Григус
(ініціали та прізвище)

© _____, 2018 рік.

© НУВГП, 2018 рік.

ВСТУП

Програма нормативної (за вибором) навчальної дисципліни «Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика)» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалавра за спеціальністю «Фізична терапія, ерготерапія».

Предметом вивчення навчальної дисципліни є засвоєння головних принципів активного відпочинку з використанням фізичних вправ та інших рухових дій для збереження і зміцнення фізичного і психічного здоров'я, підвищення працездатності, відновлення сил.

Міждисциплінарні зв'язки: дисципліна «Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика)» є складовою частиною циклу дисциплін вільного вибору для студентів за спеціальністю «Фізична терапія, ерготерапія». Вивчення курсу передбачає наявність систематичних та ґрунтовних знань із суміжних курсів – фізіологія людини, лікувальна фізична культура і лікарський контроль. Цілеспрямованої роботи над вивченням спеціальної літератури, активної роботи на лекціях, лабораторних заняттях, самостійної роботи та виконання поставлених задач.

Вимоги до знань та умінь визначаються галузевими стандартами вищої освіти України.

Анотація

Здоров'я людини займає важливе місце в системі підготовки майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту. Сьогодні важливим напрямом підвищення ефективності підготовки висококваліфікованих спеціалістів фізичного виховання і спорту є посилення ролі в навчальному процесі теоретичної, методологічної та світоглядної підготовки. Тому фундаментальні знання й навички, набуті студентами, можуть розглядатися як основа глибокої професійної компетентності у вирішенні складних завдань. Сприяти формуванню у студентів правильного ставлення до потреб суспільства, до проблем валеологічного виховання і вміння вирішувати їх засобами фізичної рекреації, а також іншими засобами фізичної культури і спорту. Саме такі знання дає введення в практику фізкультурної освіти «Фізична рекреація».

Ключові слова: фізичний стан, фізична рекреація, спосіб життя, фізична вправа.

Abstract

Physical recreation occupies an important place in the training of the future specialist in physical culture and sports. Today, an important aspect of improving the training of highly qualified specialists in physical education and sport is the strengthening of the role in the educational process of theoretical, methodological and ideological preparation. Therefore, the fundamental knowledge and skills acquired by

students can be considered as the basis of profound professional competence in solving complex problems. Promote the formation of students with a proper attitude to the needs of society, the problems of valeological education and the ability to solve their means of physical recreation, as well as other means of physical culture and sports. It is such knowledge that introduces the practice of physical education "Physical Recreation".

Key words: physical condition, physical recreation, lifestyle, physical exercise.



Національний університет
водного господарства
та природокористування



Національний університет
водного господарства
та природокористування

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 9,0	Галузь знань <u>22 Охорона здоров'я</u> (шифр і назва)	Вільний вибір (ВВ 5)	
	Спеціальність <u>227 Фізична терапія, ерготерапія</u>		
Модулів 4 семестр: 2 5 семестр: 1		Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		2-й 3-й	2-й 3-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання (курсова робота)		Семестр	
Загальна кількість годин – Денна: 4 семестр – 135 год. 5 семестр – 135 год.; Заочна: 4 семестр – 135 год. 5 семестр – 135 год.		4-й 5-й	4-й 5-й
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 6	Рівень вищої освіти: <u>Бакалаврський</u>	4 сем. - 20 год. 5 сем. - 20 год.	4 сем. - 2 год. 5 сем. - 2 год.
		Практичні, семінарські	
		год.	год.
		Лабораторні	
		4 сем. - 34 год. 5 сем. - 34 год.	4 сем. - 15 год. 5 сем. - 15 год.
		Самостійна робота	
		162 год.	238 год.
		Індивідуальні завдання: Курсова робота 24 год. 4 семестр	
Вид контролю: 4 сем. – курсова робота, залік, 5 сем. – екзамен			

Примітка. Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 40 % – 60%
заочна форма навчання – 12% – 55%

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета викладання – дати ґрунтовні знання з дисципліни «Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика)». Зміст курсу становлять:

- загальна характеристика предмета ТМФВ;
- система фізичного виховання;
- засоби фізичного виховання;
- принципи побудови процесу фізичного виховання;
- методи фізичного виховання;
- структура процесу навчання;

Лекційний курс відображає важливість фізичної рекреації як частини загальної фізичної культури суспільства, можливість відновлення завдяки проведенню людиною активного дозвілля. Лабораторні заняття спрямовані на закріплення теоретичного матеріалу, викладеного під час лекцій. Студенти повинні вміти використовувати наукові основи фізичної рекреації в процесі фізкультурно-оздоровчих занять.

Завдання вивчення дисципліни полягає у розширенні світогляду студентів, розкрити перспективні напрями в системі фізкультурно-оздоровчої діяльності на сучасному етапі.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати: Основні поняття та положення тем курсу «Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика)»; основні положення фізичного виховання різних верств населення; методику побудови занять у процесі фізичного виховання; основу методик розвитку фізичних якостей; умови реалізації принципів і методів фізичного виховання;

вміти: використовувати в професійній діяльності актуальні прийоми вчення і виховання, форми занять з урахуванням вікових, психологічних особливостей людей, що займаються, рівень їх фізичної і спортивної підготовленості, стан здоров'я; використовувати методи педагогічної та психологічної діагностики, вивчати колектив і індивідуальні особливості осіб, котрі займаються фізичною рекреацією.

2. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1.

Змістовий модуль 1 (4 семестр)

Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика), засоби фізичного виховання, принципи та методи викладання спортивних дисциплін. Легка атлетика та гімнастика в системі фізичного виховання, методики розвитку фізичних якостей.

Тема 1. Теорія та методика викладання спортивних дисциплін як наукова і навчальна дисципліна. Характеристика системи спортивної

підготовки. Формування загальної теорії спортивної підготовки.

Тема 2. Принципи та методи фізичного виховання і досягнень у спорті. Принципи та їх значення у сфері фізичного виховання. Загальні, дидактичні (методичні) та специфічні принципи фізичного виховання. Виховання особистісних якостей в процесі фізичного виховання.

Тема 3. Методики розвитку фізичних якостей. Характеристика поняття „методика”. Загальні правила розвитку фізичних якостей. Загальна характеристика фізичних якостей. Сприятливі періоди розвитку основних фізичних якостей. Особливості методики розвитку основних фізичних якостей

Тема 4. Основи методики вдосконалення фізичних якостей: гнучкість, спритність, витривалість. Загальна характеристика сили як фізичної якості людини. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини. Загальна характеристика витривалості. Загальна характеристика гнучкості. Загальна характеристика спритності як фізичної якості людини. Методика розвитку та удосконалення рухових якостей.

Тема 5. Планування і контроль роботи з фізичного виховання. Поняття планування, його види та зміст. Поняття контролю в процесі фізичного виховання. Значення контролю, його види та зміст.

Тема 6. Навчальне заняття як основна форма в легкій атлетиці. Види навчального заняття. Структура навчального заняття.

Тема 7. Самостійні заняття по спортивних дисциплінах. Планування самостійного заняття по спортивних дисциплінах. Контроль самостійного заняття по спортивних дисциплінах.

Тема 8. Методика розвитку витривалості. Засоби розвитку загальної витривалості. Методи розвитку загальної витривалості.

Тема 9. Методика розвитку сили. Методики розвитку максимальної сили. Методики розвитку швидкісної сили. Методика розвитку вибухової сили. Попередження травм під час силового тренування.

Тема 10. Методики розвитку швидкості, спритності, гнучкості. Загальні особливості розвитку рухових якостей. Методи спрямовані на удосконалення рухових дій та розвиток рухових якостей. Особливості методики розвитку рухових якостей: бистроти, сили, витривалості, спритності, гнучкості.

Модуль 2. Індивідуальне науково-дослідне завдання.

Модуль 3.

Змістовий модуль 2 (5 семестр)

Основи методики вдосконалення фізичних якостей, планування і контроль в легкій атлетиці, гімнастиці, навчальне заняття як основна форма викладання спортивних дисциплін.

Тема 11. Вдосконалення розвитку витривалості. Загальна характеристика витривалості. Методика розвитку загальної витривалості. Методика розвитку швидкісної витривалості.

Тема 12. Вдосконалення розвитку сили. Методики розвитку максимальної сили. Методики розвитку швидкісної сили. Методика розвитку вибухової сили. Попередження травм під час силового тренування.

Тема 13. Вдосконалення розвитку швидкості, спритності, гнучкості. Загальні особливості розвитку рухових якостей. Методи спрямовані на удосконалення рухових дій та розвиток рухових якостей. Особливості методики розвитку рухових якостей: швидкості, сили, витривалості, спритності, гнучкості.

Тема 14. Планування мікроциклу, макроциклу, мезоциклу. Мезоциклі, їх типи, структура і зміст. Поєднання мікроциклів у мезоциклі. Особливості побудови мезоциклів у тренуванні жінок. Мета, завдання і зміст періодів макроциклу.

Тема 15. Ведення щоденника самоконтролю. Значення самоконтролю. Зміст щоденника самоконтролю.

Тема 16. Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика). Аналіз техніки легкої атлетики, гімнастики. Особливості організації та методика проведення змагань зі спортивних ігор. Методика проведення уроку фізичної культури з елементами спортивних ігор.

Тема 17. Засоби фізичного виховання, легка атлетика в системі фізичного виховання. Класифікація і загальна характеристика легкоатлетичних вправ. Правила змагань з бігу і ходьби. Правила змагань з стрибків.

Тема 18. Принципи та методи фізичного виховання. Принципи та їх значення (принцип свідомості та активності, принцип наочності, принцип доступності та індивідуалізації, принцип систематичності, принцип динамічності).

Тема 19. Методики розвитку фізичних якостей. Характеристика поняття „методика”. Загальні правила розвитку фізичних якостей. Загальна характеристика фізичних якостей. Сприятливі періоди розвитку основних фізичних якостей.

Тема 20. Планування і контроль в легкій атлетиці, гімнастиці. Напрямки планування в легкій атлетиці, гімнастиці. Характеристика документів планування в легкій атлетиці, гімнастиці.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1.												
Змістовий модуль 1 (4 семестр) Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика)												
Тема 1. Теорія та методика викладання спортивних дисциплін як наукова і навчальна дисципліна.		2		4	2	6		2		2	2	9
Тема 2. Принципи та методи фізичного виховання і досягнень у спорті.		2		4	2	6				2	2	9
Тема 3. Методики розвитку фізичних якостей.		2		4	2	6				2	2	9
Тема 4. Основи методики вдосконалення фізичних якостей: гнучкість, спритність, витривалість.		2		4	2	6				2	2	9
Тема 5. Планування і контроль роботи з фізичного виховання.		2		4	2	6				2	2	9
Тема 6. Навчальне заняття як основна форма в легкій атлетиці.		2		4	2	6				1	2	9
Тема 7. Самостійні заняття по спортивних дисциплінах. Планування і контроль.		2		4	2	6				1	2	10
Тема 8. Методика розвитку витривалості.		2		2	2	5				1	2	10
Тема 9. Методика розвитку сили.		2		2	4	5				1	4	10
Тема 10. Методики розвитку швидкості, спритності, гнучкості.		2		2	4	5				1	4	10
Разом за змістовим модулем 1	135	20	-	34	24	57	135	2	-	15	24	94

Модуль 2. Індивідуальне науково-дослідне завдання												
Курсова робота					24							
Модуль 3.												
Змістовий модуль 2 (5 семестр) Основи методики вдосконалення фізичних якостей, планування і контроль в легкій атлетиці, гімнастиці												
Тема 11. Вдосконалення розвитку витривалості.		2		4		8				2	12	
Тема 12. Вдосконалення розвитку сили.		2		4		8				2	12	
Тема 13. Вдосконалення розвитку швидкості, спритності, гнучкості.		2		4		8				2	12	
Тема 14. Планування мікроциклу, макроциклу, мезоциклу.		2		4		8				2	12	
Тема 15. Ведення щоденника самоконтролю.		2		4		8				2	12	
Тема 16. Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика).		2		4		8				1	12	
Тема 17. Засоби фізичного виховання, легка атлетика в системі фізичного виховання.		2		4		8				1	12	
Тема 18. Принципи та методи фізичного виховання.		2		2		8				1	12	
Тема 19. Методики розвитку фізичних якостей.		2		2		8				1	12	
Тема 20. Планування і контроль в легкій атлетиці, гімнастиці.		2		2		9				1	12	
Разом за змістовим модулем 2	135	20	-	34	-	81	135	-	-	15	-	120
Усього годин	270	40	-	68	24	138	270	2	-	30	24	214

5. Теми лабораторних робіт

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
Змістовий модуль 1 (4 семестр)			
Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика)			
1	Тема 1. Теорія та методика викладання спортивних дисциплін як наукова і навчальна дисципліна.	4	2
2	Тема 2. Принципи та методи фізичного виховання і досягнень у спорті.	4	2
3	Тема 3. Методики розвитку фізичних якостей.	4	2
4	Тема 4. Основи методики вдосконалення фізичних якостей: гнучкість, спритність, витривалість.	4	2
5	Тема 5. Планування і контроль роботи з фізичного виховання.	4	2
6	Тема 6. Навчальне заняття як основна форма в легкій атлетиці.	4	2
7	Тема 7. Самостійні заняття по спортивних дисциплінах. Планування і контроль.	4	2
8	Тема 8. Методика розвитку витривалості.	4	2
9	Тема 9. Методика розвитку сили.	4	2
10	Тема 10. Методики розвитку швидкості, спритності, гнучкості.	4	2
Разом за змістовим модулем		40	20
Змістовий модуль 2 (5 семестр)			
Основи методики вдосконалення фізичних якостей, планування і контроль в легкій атлетиці, гімнастиці			
11	Тема 11. Вдосконалення розвитку витривалості.	4	1
12	Тема 12. Вдосконалення розвитку сили.	4	1
13	Тема 13. Вдосконалення розвитку швидкості, спритності, гнучкості.	4	1
14	Тема 14. Планування мікроциклу, макроциклу, мезоциклу.	4	1
15	Тема 15. Ведення щоденника самоконтролю.	2	1
16	Тема 16. Теорія та методика викладання спортивних дисциплін (легка атлетика, гімнастика).	2	1
17	Тема 17. Засоби фізичного виховання, легка атлетика в системі фізичного виховання.	2	1
18	Тема 18. Принципи та методи фізичного виховання.	2	1
19	Тема 19. Методики розвитку фізичних якостей.	2	1
20	Тема 20. Планування і контроль в легкій атлетиці, гімнастиці.	2	1
Разом за змістовим модулем		28	10
Разом		68	30

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1. Загально-фізична підготовка	20	34
2	Тема 2. Повільний біг. Вправи для розвинення гнучкості	20	34
3	Тема 3. Розвиток витривалості. Кросовий повільний біг. Вправи на тренажерах	20 20	34
4	Тема 4. Розвиток сили, гнучкості, спеціальної витривалості	25	34
5	Тема 5. ЗФП. Гімнастичні вправи на брусах.	25	34
6	Тема 6. Гімнастичні вправи на перекладині. Дихальні вправи, повільний біг.	25	34
7	Тема 7. Контрольні нормативи з легкої атлетики. Контрольні нормативи з гімнастики.	27	34
	Разом	162	238

7. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Індивідуальним завданням є виконання курсової роботи. Метою курсової роботи є закріплення та поглиблення студентами теоретичних знань з навчальної дисципліни, а також формування у них умінь і навичок практичного їх застосування у галузі.

Обсяги курсової роботи становить 40-50 сторінок формату А4. Курсова робота виконується кожним студентом за індивідуально отриманим завданням.

Курсова робота є окремим заліковим кредитом і оцінюється як самостійний вид навчальної діяльності студента за 100-бальною шкалою.

Титульний аркуш відповідно теми та змісту, кілька розділів (не менше трьох, відповідна назва розділів і підрозділів: вступ – обґрунтування актуальності обраної теми, постановка мети і конкретних завдань, об'єкт, предмет, методи дослідження; 1 огляд літератури, 2 організація та методи дослідження, 3 результати дослідження та їх обговорення), висновки, список використаної літератури, додатки.

8. Методи навчання

1. Словесні: розповідь-пояснення, бесіда, лекція.
2. Наочні (ілюстрація, демонстрація).
3. Практичні: мовні вправи, ситуаційні завдання, лабораторні завдання

Основними формами вивчення курсу є лекції, лабораторні заняття, індивідуальні та групові консультації під керівництвом викладача, підготовка презентацій, виступи з доповіддю на студентських наукових конференціях, а

також самостійну роботу, що забезпечує закріплення теоретичних знань, сприяє набуттю практичних навичок і розвитку самостійного мислення.

9. Методи контролю

1. Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни оцінюється:

участь студентів в обговоренні питань, винесених на лабораторні заняття та проблемних ситуацій; розв'язок ситуаційних вправ; самостійно підготовлені повідомлення студентів за темою лабораторного заняття; на кожному лабораторному занятті проводиться письмове опитування по темі у вигляді визначення п'яти понять або 10 тестів закритої форми з однією правильною відповіддю з 5-ти можливих; оцінюється звіт по ІНДЗ; проведення модульного поточного контролю через навчально-науковий центр незалежного оцінювання.

2. Підсумковий контроль знань – екзамен відбувається відповідно до Положення про семестровий поточний та підсумковий контроль навчальних досягнень здобувачів вищої освіти (сайт НУВГП).

10. Розподіл балів, які отримують студенти

2 курс 4 семестр

Поточне тестування та самостійна робота										Сума
Змістовий модуль № 1										
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	100

3 курс 5 семестр

Поточне тестування та самостійна робота										Іспит	Сума
Змістовий модуль № 2											
T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	T20		
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	40	100

Виконання курсової роботи			Сума
Вступна частина	Основна частина	Захист роботи	
До 20	До 40	До 40	100

Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка	
	для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73	задовільно	
60-63		
35-59	незадовільно, з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	незадовільно, з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни



Національний університет
водного господарства
та природокористування

11. Методичне забезпечення

1. Опорні конспекти лекцій.
2. Інтерактивний комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни (НКНМЗД).
3. Нормативні документи ВООЗ України.
4. Наочні посібники та відеофільми.
5. Матеріальні засоби навчання техніко-тактичних дій, комп'ютерне забезпечення.

12. Рекомендована література

Базова

1. Боднар І. Р. Ставлення учнів середнього шкільного віку до уроків фізичної культури / І. Р. Боднар // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2013. - № 1. – С. 137-140.
2. Апанасенко Л.Г. Санологія (медичні аспекти валеології) підручник для слухачів факультетів післядипломної освіти. / Апанасенко Л.Г., Попова Л.А., Магльований А.В. – Львів: ПП «Кварт», 2011. -303 с.
3. Томенко О. А. Рівень рухової активності підлітків та шляхи його підвищення на основі використання заходів оздоровчо-рекреаційного спрямування / О. А. Томенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2013. - № 3. – С. 19-24.

4. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика / М.В. Дутчак. –К.: Олімпійська л-ра, 2009.- 279 с.
- 5.Томенко О. А. Рівень соматичного здоров'я і рухової активності студентів вищих навчальних закладів / О. А. Томенко, С. А. Лазоренко // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.]– Харків: ХДАФК, 2010. – № 2. – С. 17–20.
6. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 544 с.
7. Сутула В. А. Теория физической культуры: научный миф или реальность? / В. А. Сутула, Г. В. Власов // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 5. – С. 10–14.
- 8.Чернієнко О.А. Підвищення фізичної працездатності дітей старшого шкільного віку / О.А. Чернієнко, І.М.Григус // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: зб. наук.праць. Вип. VII. – Рівне : Редакційно-видавничий центр Мінародного економіко-гуманітарного університету ім. академіка Степана Дем'янчука, 2010. – С. 326-337.

13. Допоміжна література

- 1.Сутула В. А. Структура системного подхода и особенности его использования в процессе исследования физической культуры как целостного социального явления / В. А. Сутула // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : [щоквартальний науково-практичний журнал]. – Харків: НТУ ХПІ, 2007. – № 2. – С. 35–39.
- 2.Чернієнко О.А. Дослідження адаптації студенток до навантажень швидкісно-силового характеру / О.А. Чернієнко //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. за ред. Єрмакова С.С. – Харків : ХДАДМ (ХХПІ), 2008. - №2. С. 149-152.
3. Наказ Міністерства молоді та спорту України від 21.08.2018 №3865

14. Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека ім. В.І. Вернадського / [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/>
2. Рівненська централізована бібліотечна система (м. Рівне, вул. Київська, 44) / [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://cbs.rv.ua/>
3. Цифровий репозиторій НУВГП / [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ep3.nuwm.edu.ua/1765/>
4. Наукова бібліотека НУВГП (м. Рівне, вул. Олекси Новака, 75) / [Електронний ресурс].– Режим доступу: <http://nuwm.edu.ua/naukova-biblioteka>
http://nuwm.edu.ua/MySQL/page_lib.php



Національний університет
водного господарства
та природокористування



Національний університет
водного господарства
та природокористування