**Міністерство освіти і науки України**

**Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини**

**Факультет фізичного виховання**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Голова науково-методичної комісії

факультету фізичного виховання

Комар ВОЛОДИМИР « 26 січня » 2022 р

**ПРОГРАМА КОМПЛЕКСНОГО КВАЛІФІКАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ**

**«З організації і методики спортивно-масової роботи, теорії і методики обраного виду спорту та теорії і методики фізичного виховання дорослого населення»**

(для студентів денної та заочної форми навчання)

**Галузь знань: 01 Освіта**

**Спеціальність: 014.11 Середня освіта. Фізична культура**

**Освітній ступінь: магістр**

Умань – 2022

**ВСТУП**

Програма Комплексного кваліфікаційного екзамену «Теорія і методика фізичного виховання та медико-біологічні основи фізичної культури» укладена відповідно до освітньо-професійної програми другого рівня вищої освіти (магістр) Спеціальність: 014.11 Середня освіта. Фізична культура.

Програма комплексного кваліфікаційного екзамену передбачає перевірку й оцінку навчально-теоретичної і практичної підготовки студентів освітнього рівня «магістр» до практичної діяльності в закладах загальної середньої освіти І – II рівнів акредитації, та закладах вищої освіти ІІІ – IV рівнів акредитації. Програма екзамену містить комплекс питань, що репрезентують зміст дисциплін теорія і методика фізичного виховання та медико-біологічні основи фізичної культури.

Основними завданнями підготовки фахівців зі спеціальності 014.11 Середня освіта. Фізична культура є формування основних знань з предмету з використанням інноваційних технологій, широкого світогляду, вміння орієнтуватись у великому обсязі професійної інформації та застосовувати її у практичній професійній діяльності.

Основою успішності виконання поставлених завдань є систематичне формування у студентів магістратури загальнотеоретичних положень з фізичного виховання та медико-біологічних основ фізичної культури, основних термінів і понять упродовж всього терміну навчання.

Програмою передбачене висвітлення міжпредметних зв'язків дисциплін, а також зв'язки з предметами інших циклів. При цьому була врахована специфіка кожної дисципліни, а також зміст інтегрованої шкільної навчальної програми з фізичної культури, виходячи з того, що державний екзамен є формою перевірки готовності магістра з фізичного виховання до викладання фізичної культури у школі та ЗВО.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

Знати:

− основи загальнотеоретичних дисциплін в обсязі, необхідному для вирішення педагогічних і організаційних завдань;

− дисципліни психолого-педагогічного циклу, фахові методики і методику виховання;

− зміст і організацію освіти в початковій школі, програми і підручники, питання формування і керівництва різними групами школярів, вимоги до збереження здоров’я молодших школярів;

− психологічні аспекти професійної діяльності, зокрема вікові особливості учнів, психологічні аспекти навчання і виховання;

− сучасні форми, методи і прийоми навчання та їх дидактичні можливості;

− основні напрямки і перспективи оновлення і розвитку національної освіти і педагогічної науки;

− способи збору, систематизації, узагальнення і використання інформації, проведення дослідницької та методичної роботи за фахом, підготовки інформаційних і науково-методичних матеріалів;

− нормативно-правову базу діяльності вчителя;

− систему нормативних документів сфери освіти, установчі документи загальноосвітнього навчального закладу;

− сутність і зміст дидактичних систем, концепцій і моделей навчання;

− види планів навчально-виховної роботи у загальноосвітньому навчальному закладі, вимоги до їх складання;

− вимоги і засоби контролю результатів навчання учнів;

− основні комп’ютерні технології, що використовуються у школі, особливості інформаційно-технологічного забезпечення освіти;

− правила безпечного проведення навчального процесу, санітарних та гігієнічних вимог у навчальному закладі.

Уміти:

− творчо застосовувати набуті знання при вирішенні педагогічних та навчально-виховних завдань з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей школярів та конкретних педагогічних ситуацій;

− вести ефективну навчально-виховну роботу, оперативно визначати ступінь і глибину засвоєння учнями програмного матеріалу, прищеплювати їм елементарні навички самостійного поповнення знань;

− застосовувати різноманітні форми, методи і засоби навчання, володіти сучасними технологіями навчання та прогресивними методами керівництва навчальною, трудовою, суспільною та іншими видами діяльності учнів;

− формувати в учнів початкових класів уявлення про навколишній світ, природні явища та суспільні процеси і зв’язки;

− здійснювати формування національної свідомості молодших школярів; забезпечувати їх духовний розвиток, орієнтацію на загальнолюдські цінності, реалізуючи завдання морального, трудового, естетичного і правового виховання учнів, вести з ними фізкультурно-оздоровчу, краєзнавчу і природоохоронну роботу;

− володіти різними засобами стимулювання навчально-пізнавальної активності учнів, активно здійснювати їх всебічний розвиток;

− використовувати сучасні комп’ютерні технології, можливості мереж навчального закладу та інтернет-технології;

− складати плани навчальної та виховної роботи у навчальному закладі;

− застосовувати раціональні прийоми пошуку, відбору і використання інформації; орієнтуватись у спеціальній літературі та періодиці за профілем;

− аналізувати, узагальнювати і поширювати передовий педагогічний досвід;

− застосовувати на практиці знання наукової організації і охорони праці;

− сприяти духовному відродженню України, вести активну громадську роботу.

*Організація проведення екзамену*

Комплексний кваліфікаційний екзамен приймає екзаменаційна комісія, яка формується із науково-педагогічного складу кафедр факультету – кафедри теорії і методика фізичного виховання, кафедри спортивних дисциплін та кафедри медико-біологічних основ фізичної культури. Екзамен проводиться в усній формі. Ознайомившись із змістом білета, студент готує короткий конспект відповіді на спеціально проштампованих паперах, які підшиваються до протоколу засідання ЕК. Тривалість підготовки складає 30 хв. з моменту отримання білета. Тривалість відповіді - 15-25 хвилин із врахуванням додаткових запитань комісії. Екзамен не передбачає перерв. Випускникам дозволяється користуватися під час підготовки до відповіді навчальними програмами, шкільними підручниками, навчально-методичними посібниками, науково-популярною і довідковою літературою та іншими дидактичними засобами, перелік яких є в програмі. Під час відповіді на питання білета члени екзаменаційної комісії мають право перервати відповідь студента, надати додаткові питання в рамках білета. Оцінка оголошується після закінчення відповідей всіх студентів на основі результатів колективного обговорення відповідей членами ЕК.

**Зміст комплексного кваліфікаційного екзамену**

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1. Загальна характеристика засобів фізичного виховання як цілісної системи впливу на організм людини.
2. Адаптація в спортивній діяльності, механізм адаптації.
3. Спритність і гнучкість як фізичні якості (механізми, що лежать в основі їх проявлення, вимірювання цих якостей, засоби і методи розвитку). Особливості розвитку цих якостей у школярів.
4. Явища деадаптації, реадаптації і переадаптації у спортсменів.
5. Фізичне виховання як соціальна система, його взаємозв'язок з іншими системами суспільства.
6. Динаміка навантажень і співвідношення різних видів роботи у багаторічній підготовці.
7. Методи перевірки і оцінки знань, умінь і навиків та рівня рухової підготовленості учнів.
8. Структура тренувальних занять.
9. Загальна характеристика рухових якостей (розвиток якостей з віком, перенос між якостями в залежності від віку і рівня підготовленості, критерії розрізнення якостей).
10. Види спортивних змагань.
11. Система спортивної підготовки, її мета і основні завдання.
12. Засоби та методи тактичної підготовки.
13. Особливості змісту і методики проведення уроків із дітьми різного віку та стану здоров’я.
14. Завдання, засоби і методи розвитку координаційних здібностей.
15. Форми організації фізичного виховання в позашкільних закладах і в сім'ї.
16. Багаторічна підготовка та її структура.
17. Позакласна робота з фізичного виховання в школі (завдання, особливості, форми організації занять, колектив фізичної культури загальноосвітньої школи).
18. Особливості побудови річних макроциклів.
19. Розкрити поняття: зміст, засоби, методи навчання, виходячи із специфіки предмету «фізична культура».
20. Поєднання мікроциклів в мезоциклах у спортсменів на ранніх етапах спортивного вдосконалення.
21. Принципи системи фізичного виховання.
22. Назвіть мотиваційні сфери до яких зводяться інтереси дорослої людини у вільний час та одну із них охарактеризуйте?
23. Значення фізичного виховання дорослого населення країни виходячи із перспектив соціально-економічного розвитку суспільства.
24. Назвіть завдання, й форми фізичного виховання осіб І зрілого віку та охарактеризуйте особливості методики даного віку.
25. Обґрунтуйте, провідні чинники предмету «фізична культура». Розкрийте їх особливості.
26. Назвіть завдання, й форми фізичного виховання осіб ІІ зрілого віку та охарактеризуйте особливості методики даного віку.
27. Виховання в учнів творчого ставлення до занять фізичною культурою.
28. Назвіть завдання, й форми фізичного виховання осіб похилого віку та охарактеризуйте особливості методики даного віку.
29. Розкрийте особливості розвитку витривалості у школярів. Обґрунтувати відмінності кожної вікової групи та статі.
30. Охарактеризуйте, яким чином відбувається розвиток рухових якостей в перший період зрілого віку?
31. Поради щодо профілактики травм у процесі силової підготовки.
32. Охарактеризуйте, яким чином відбувається розвиток рухових якостей у другий період зрілого віку?
33. Значення і завдання фізичного виховання дітей в середній загальноосвітній школі.
34. Охарактеризуйте розвиток рухових якостей у похилому віці.
35. Причини виникнення і розвитку фізичного виховання, його історичний характер.
36. Перерахуйте державні документи у яких відображено питання фізичного виховання дорослого населення, та один із них охарактеризуйте.
37. Характеристика специфіки застосування принципів поступовості і міцності засвоєння навчального матеріалу з фізичного виховання.
38. Назвіть фізкультурно-оздоровчі технології для дорослого населення, та одну із них охарактеризуйте.
39. Розкрити суть правил «від знання до навика», «від основи до деталей», «від головного до другорядного», що використовуються при навчанні руховим діям.
40. Охарактеризуйте основі види фітнес-програм для дорослого населення. Яку фітнес-програму обрали би Ви, і чому?
41. Особливості фізичного вдосконалення студентів на факультетах фізичної культури.
42. Класифікація методів навчання і розвитку фізичних якостей та загальні вимоги до їх відбору.
43. Контроль навчального процесу (педагогічний, фізкультурний самоконтроль, часові параметри контролю).
44. Завдання фізичного виховання молодіжної, середньої та старшої вікових груп населення.
45. Особливості вдосконалення витривалості у спортивних іграх та поєдинках.
46. Витривалість як фізична якість (механізми, що лежать в її основі; вимірювання витривалості, види витривалості, засоби і методи розвитку, особливості методики впливу на аеробні можливості організму.
47. Характеристика провідних понять теорії і методики фізичного виховання: фізична освіта, фізичний розвиток, фізична досконалість, спорт.
48. 2.Науково-методичні основи української національної системи фізичного виховання.
49. Технологія планування та його функції. Документи планування, що складаються вчителем.
50. Особливості вирішення освітніх, виховних і оздоровчих завдань на заняттях з фізичного виховання.
51. Основні вимоги до уроку фізичної культури на сучасному етапі шкільного фізичного виховання.
52. Характеристика специфіки застосування принципів систематичності, доступності і індивідуалізації в фізичному вихованні.
53. Вимоги до сучасного учителя фізичної культури як фахівця і як громадянина.
54. Сила як фізична якість (механізми, що лежать в основі її проявлення, вимірювання сили, види силових здібностей, засоби і методи розвитку).
55. Прудкість як фізична якість (механізми, що лежать в основі проявлення прудкості, засоби і методи розвитку, вимірювання прудкості, швидкісний бар'єр: заходи його попередження і шляхи боротьби з ним).
56. Проблеми і перспективи розвитку шкільного фізичного виховання на сучасному етапі.
57. Характеристика специфіки застосування принципів усвідомлення і активності, наочності в фізичному вихованні.
58. Розкрити методику підготовки до виконання вправи з підтягуванням на перекладині.
59. Розкрити методику підготовки до виконання вправи з підтягуванням на перекладині.
60. «Фізична рекреація» та «фізична реабілітація»: сутність, засоби, технології. Розкрийте відмінність понять.

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

1. Поясніть зміст методології спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи.
2. Визначте завдання, які постають перед предметом спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи.
3. Що входить до оздоровчих завдання спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи?
4. Які виховні завдання ставляться у спортивно-масовій і фізкультурно-оздоровчій роботі?
5. Охарактеризуйте освітні завдання спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи.
6. Опишіть загальнопідготовчий напрям спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи.
7. На яких принципах організовується та проводиться оздоровча робота у дошкільних закладах?
8. Охарактеризуйте мотивацію до фізкультурно-оздоровчої діяльності у студентської молоді
9. Дайте характеристику спортивного клубу ЗВО і які завдання та функції він повинен виконувати.
10. Розкрийте особливості фізкультурно-оздоровчих технологій у закладах освіти.
11. Поясніть, як впливає виробнича діяльність на здоров’я людини.
12. У чому полягає інноваційна діяльність організатора ФВіС на виробництві?
13. Поясніть, як можна використовувати спортивні споруди і базу підприємства для отримання економічної вигоди (прибутків).
14. Які види засобів застосовуються під час проведення спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи за місцем проживання?
15. Охарактеризуйте функції, які виконує педагог із спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи.
16. Визначте структуру і зміст роботи дитячо-підліткового фізкультурно-спортивного клубу за місцем проживання.
17. Розкрийте, що таке матеріально-технічна база і документація з обліку роботи фізкультурно-спортивного клубу.
18. Як організовується та проводиться спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота у культурно-спортивних комплексах?
19. Назвіть, які види спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи можна проводити у зонах масового відпочинку населення.
20. Визначте актуальність проблеми соціальної і фізичної реабілітації осіб з обмеженими особливостями.
21. Розкажіть про завдання, забезпечення яких сприяє реабілітації осіб з обмеженими особливостями.
22. Поясніть особливості навчання рухових дій на початковому етапі із особами з обмеженими можливостями..
23. Опишіть структуру і зміст закріплення та вдосконалення рухових навичок осіб з обмеженими особливостями.
24. Які методи розвитку рухових здібностей використовуються на заняттях з особами з обмеженими особливостями?
25. На яких принципах будується педагогічний процес з розвитку рухових здібностей?
26. Назвіть методи функціонального контролю, що використовуються під час проведення занять.
27. Які фізіотерапевтичні методи і засоби використовуються у періоді реабілітації людей з обмеженими особливостями?
28. Опишіть фізичні вправи, які використовуються для розвитку рухових здібностей людей з обмеженими особливостями.
29. Які особливості організації і проведення практичних занять з особами з обмеженими особливостями?
30. За яким принципом формуються групи для організованих занять з особами з обмеженими особливостями?

**Приклад екзаменаційного білету**

ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № 1

1. Загальна характеристика засобів фізичного виховання як цілісної системи впливу на організм людини.
2. Особливості змісту і методики проведення уроків із дітьми різного віку та стану здоров’я.
3. Визначити причини зниження рівня здоров я населення.

**Критерії оцінювання результатів кваліфікаційного екзамену.**

Критерії оцінювання відповідей студентів

– наявність розгорнутої відповіді на теоретичні питання повнота розкриття;

– рівень володіння категоріальним апаратом і термінологією;

– глибина наукового аналізу і повнота розкриття питання;

– чіткість, логічність і послідовність викладання засвоєних знань;

– уміння проілюструвати науково-теоретичні знання практичними прикладами.

Результати складання кваліфікаційного екзамену оцінюються у формі

рейтингового балу (максимальне значення якого рівне 100) за національною шкалою та в системі ECTS.

**КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ**

**знань і вмінь студентів**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Сума балів за тестові завдання** | **Оцінка ECTS** | **Оцінка за національною шкалою для комплексного кваліфікаційного іспиту** | **Характеристика відповідей студента** |
| 90-100 | **А** | відмінно | Студент ґрунтовно, повно та послідовно викладає навчально-науковий матеріал, володіє методами дослідження, уміє виділити теоретичне і фактичне в матеріалі; виявляє повне розуміння матеріалу, обізнаний з теоретичними підходами іконцепціями, логічно і послідовно обґрунтовує свої думки; глибоко розкриває суть питання, застосовує теоретичні знання для аналізу питань з фізичного виховання та педагогіки, наводить приклади з власного досвіду в фізичному вихованні та спорті. |
| 82-89 | **В** | дуже добре | Студент виявляє міцні знання і розуміння основних положень з навчальної дисципліни, але допускає деякі помилки, які сам виправляє; у відповіді є поодинокі недоліки в послідовності викладу матеріалу і незначні порушення норм літературної мови. Абітурієнт уміє зіставляти та узагальнювати засвоєний матеріал, робить власні висновки. |
| 74-81 | **С** | добре | Студент виявив достатні знання програмного матеріалу, включаючи аргументовані відповіді на поставлені питання.  У відповідях є поодинокі недоліки в послідовності викладу матеріалу і незначні порушення норм літературної мови. |
| 64-73 | **D** | достатньо | Студент виявляє знання ірозуміння основних положень з навчальної дисципліни, але допускає значні помилки у викладі матеріалу, які свідчать про недостатньо глибоке засвоєння теоретичних понять; володіє матеріалом на репродуктивному рівні, демонструє початкові вміння; допускає помилки в мовному оформленні. Студент частково розкриває питання при допомозі викладача. |
| 60-63 | **Е** | задовільно | Студент виявляє поверхневі знання навчальної програми; не вміє виділити теоретичний і фактичний матеріал; непослідовно і невпевнено відповідає на запитання; допускає порушення норм літературної мови. |
| 35-59 | **FX** | незадовільно | Студент виявив фрагментарні знання програмного матеріалу. Відповіді на питання білету неточні або мало аргументовані і, з порушенням послідовності їх викладу, слабке застосування теоретичних положень при виконанні практичних завдань. |
| 0-34 | **F** | незадовільно | Студент не опанував змістом програми в обсязі, передбаченому галузевим стандартом вищої освіти. |

**Шкала оцінювання**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Відсотки підсумкової оцінки | Оцінка за національною шкалою | Оцінка за шкалою ECTS |
| 90-100 | Відмінно | A (відмінно) |
| 82–89 | Добре | B (дуже добре) |
| 75–81 | C (добре) |
| 69–74 | Задовільно | D (задовільно) |
| 60–68 | E (достатньо) |
| 35–59 | Незадовільно | FX (незадовільно з можливістю повторного складання) |
| 1–34 | F (незадовільно з  обов’язковим  повторним курсом |

**РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА**

1. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоров’я. – М.: Изд-во АСТ, Донецк: Стакер, 2002. – 590 с.
2. Апанасенко Г.Л. Здоров’я, яке ми вибираємо. – К.: Т-во «Знання» УРСР, 1989. – 48 с.
3. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента: Учеб. Пособие. – М.: Альфа – М, 2003. – 352 с.
4. Бенюмов В.М., Костенко О.Р. Дитячий травматизм: Навчальний посібник. - К.: КДПІ ім. М.П.Драгоманова, 1991.
5. Ганджа І.М. Внутрішні хвороби: Підручник. - К.: Здоров'я, 2002.
6. Волков Н.П. Педагогіка. – К.: Академія, 2001. – С. 285.
7. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый способ жизни. – М.: Мысль, 1990. – 228 с.
8. Виноградов П.А., Душенин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового способа жизни. – М.: Советский спорт, 1996. – 592с.
9. Войтенко В.П. Здоровье здоровых: введение в санологию. – К.: Здоровье, 1991. – 245 с.
10. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. - М.: Наука, 1982. - 270 с.
11. Основи загальної психології / За ред. С.Д. Максименка. – К.: НПЦ Перспектива, 1998. – 256 с.
12. Фіцула М.М. Педагогіка. – К.: Академія. – 2000. – С. 301.
13. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. - К., 1999. - 230 с.
14. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культурьі. - М: ФиС, 1991. -543 с.
15. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Основи методики физического воспитания школьников. - М: Просвещение, 1989. - 222 с.
16. Платонов В.М., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена: Навч. посібник.-К.: Олімпійська література, 1995.-320 с.
17. Романенко В.А. Двигательные способности человека. - Донецк,

1999 -325 с.

1. Смирнов В.М., Дубровский В.И. Физиология физического воспитания и спорта. - М: Владос, 2002. - 608 с.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. - 1 частина. -Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2002. - 272 с.
3. Шиян Б.М. теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. -Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2002. - 248 с.
4. Грибан, Григорій Петрович. Термінологічний словник з фізичної культури і спорту / Г. П. Грибан, Д. В. Бойко, Д. О. Дзензелюк ; за ред. Г. П. Грибана ; М-во освіти і науки України, Житомир. нац. агроекол. ун-т. — Житомир : Рута, 2016. — 99 с. — Бібліогр.: с. 97–99.
5. Короткий словник-довідник термінів спорту та фізичної культури : навч. посіб. / Кам’янець-Поділ. нац. ун-т ім. І. Огієнка ; [уклад.: Ю. О. Маркітантов, В. Ю. Маркітантова]. — Вид. 2-ге допов. — Кам’янець-Подільський : Аксіома, 2014. — 71 с. — Бібліогр.: с. 70.
6. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту : програма держ. іспиту / М-во освіти і науки України, Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького ; [уклад.: В. С. Лізогуб та ін.]. — Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2014. — 87 с. : табл. — Бібліогр.: с. 85-87
7. Теорія та методика підготовки спортсменів : навч. посіб. / В. І. Кемкіна, О. С. Сокирко, В. О. Понаморьов, В. В. Кемкін ; М-во освіти і науки України, Запоріз. нац. техн. ун-т. — Запоріжжя : ЗНТУ, 2014. — 148 с. — Бібліогр.: с. 141–143.
8. Грабчук Б. Гімнастика. Термінологія, стройові та загальнорозвиваючі вправи : метод. розроб. / Б. Грабчук, О. Шумелда. – [Б. м] : [б. в.], 2003. – 52 с. 12. Дейнеко А. Х. Гімнастика та методика викладання : навч. посіб. / А. Х. Дейнеко, М. К. Марченко. – Харків : ХДАФК, 2013. – 166 с
9. Гімнастика : навч. посіб. / [підгот. Б. В. Барчук, Л. К. Таран, Л. І. Хвуст та ін. ; під заг. ред. Б. М. Грабчука]. – Івано-Франківськ : [б. в.], 2002. – 112 с.
10. Теорія і методика фізичного виховання: [підруч. для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / [Т. Ю. Круцевич та ін.] ; за ред. Т. Ю. Круцевич. - Київ : Олімпійська література, 2017 .
11. **Т. 1** : Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. - Вид 2-ге, перероб. та допов. - 2017. – 382 с.
12. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина І. - Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2008. - 272 с.
13. 1. Ахметов Р. Ф., Максименко Г. М., Кутек Т. Б. Легка атлетика: Підручник. – Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка, 2010. – 320 с.
14. Легкая атлетика / Аврутин С.Ю., Артюшенко А.Ф., Беца Н.Н., та др. / Под. общей редакцией В.И.Бобровника, С.Г. Совенко, А.В. Колотова. – Киев: Логос, 2017 – 759 с. ISBN 978-617-7442-62-1
15. Гацко О.В., Дерека Т.Г., Гнутова Н.П. Легкоатлетичні вправи: навчальнометодичний посібник. – Київський університет імені Бориса Грінченка. – Київ, 2017р. – 148с.