

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

Декан факультету

педагогіки і психології

(назва факультету) Т.Олефіренко

_____ (підпис)

«_____» _____ 20__ р.

РОБОЧА ПРОГРАМА

Нормативної навчальної дисципліни

освітньої галузі

«Здоров'я і фізична культура»

(назва дисципліни)

освітнього рівня бакалавр

(бакалавр/магістр)

галузі знань 01 Освіта/Педагогіка

(шифр і назва галузі знань)

спеціальності 012 Дошкільна освіта

(код і назва спеціальності)

Спеціалізація Початкова освіта

Шифр за навчальним планом ПН 06

Робоча програма розроблена на підставі навчальної програми освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура», затвердженої на засіданні Вченої ради НПУ імені М. П. Драгоманова « » _____ 20 року, протокол № _.

Розробники програми: Себало Людмила Ігорівна – доцент кафедри педагогіки та методики початкового навчання

Затверджено на засіданні кафедри

Педагогіки та психології дошкільної освіти

(назва кафедри)

«24» грудня 2020 року, протокол № 6

Завідувач кафедри

(підпис)

проф. Г.Г. Цветкова

(прізвище, ініціали)

І. Опис дисципліни
Шифр дисципліни ПН 06

Загальні характеристики дисципліни	Навчальне навантаження з дисципліни		Методи навчання і форми контролю
Галузь знань 01 Освіта	Кількість кредитів -2		Методи навчання Словесні, наочні, практичні. <u>Лекції із застосуванням слайдової презентації.</u> <u>Практичні і лабораторні заняття.</u>
Спеціальність 013 Початкова освіта	Загальна кількість годин - 90		
	<i>Денна</i>	<i>Заочна</i>	
Освітній рівень: Бакалавр	Лекції:		
	-		
	Семінарські (практичні) заняття:		
Нормативна/вибіркова	-		
	Лабораторні заняття:		
Рік вивчення дисципліни за навчальним планом: 4	-		
	Індивідуальна робота:		
Семестр: VII	9		
	Самостійна робота:		
Тижневе навантаження (год.) - аудиторне: IV курс – 2 год.; - самостійна робота	81		Форма підсумкового контролю: залік
	Співвідношення аудиторних годин і годин СРС:		
Мова навчання - укр.	1:9	-	

Предмет вивчення навчальної дисципліни: пізнання людини у процесі її фізичного і духовного вдосконалення та підвищення соціальної активності

Міждисциплінарні зв'язки: освітня галузь «Здоров'я і фізична культура» враховує попередню підготовку із курсів: «Психологія», «Дидактика», «Теорія виховання», «Вікова фізіологія».

Мета і завдання навчальної дисципліни.

Метою викладання навчальної дисципліни освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» є: підготовка майбутнього вчителя початкової школи до організації процесу фізичного виховання як складової здоров'язбереження молодших школярів.

Завданням вивчення навчальної дисципліни є оволодіння студентами знаннями, що будуть сприяти:

- формуванню комплексу вмінь і навичок щодо застосування здоров'язбережувальних практик в освітньому процесі початкової школи в контексті НУШ;
- формуванню вмінь визначати зміст, організаційні форми та методи освітнього процесу відповідно до загальних цілей соціальної, здоров'язбережувальної та фізкультурної освітніх галузей;
- розвитку вмінь моделювати систему діяльності учнів, що сприятиме формуванню в них здоров'язбережувальної компетентності;
- вихованню в молодших школярів активної позиції щодо зміцнення і збереження власного здоров'я, виконання життєво необхідних рухових дій.

Курс «Методика навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» спрямований на формування у студентів таких професійних *компетентностей*:

II. Основні результати навчання та компетентності, які вони формують:

№ з/п	Результати навчання	Компетентності
1.	<p><i>Знати:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - становлення та розвиток теорії фізичного виховання – складової здоров'я людини; - основні поняття теорії фізичного виховання; - нормативно-програмові основи системи фізичного виховання в Україні; - мету, завдання і засоби фізичного виховання молодших школярів; - закономірності формування рухових дій в процесі навчання; - розвиток і удосконалення життєво необхідних фізичних якостей; - основні організаційні форми фізичного виховання в початковій школі; - функціональні обов'язки вчителя в організації, плануванні та здійсненні контролю за процесом фізичного виховання. <p><i>Вміти:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • впроваджувати в навчально-виховний процес початкової школи прийоми та методи здоров'язбережувальних практик; • протидіяти шкільним факторам ризику, що впливають на стан здоров'я молодших школярів; • здійснювати процес навчання учнів в умовах здоров'язбережувальної педагогіки; • здійснювати педагогічну діагностику сформованості в школярів 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Здатність забезпечувати виконання основних завдань освітньої галузі «здоров'я і фізична культура» 2. Здатність організовувати та проводити уроки і позаурочні форми занять фізичними вправами 3. Здатність формувати вміння навчати фізичним вправам 4. Здатність розвивати фізичні якості у дітей початкової школи 5. Здатність аналізувати навчально-методичні комплекти для початкової школи, оцінювати їхнє змістово-технологічне наповнення відповідно до вимог здоров'язбережувальної педагогіки 6. Здатність опрацьовувати інформаційні джерела для ознайомлення з здоров'язбережувальними практиками та методикою

	<p>здоров'язбережувальної компетентності;</p> <ul style="list-style-type: none"> • організувати та проводити сучасний здоров'язбережувальний урок; • організувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня молодшого школяра в контексті НУШ; • здійснювати оздоровче навчання та виховання учнів на ГПД. 	їхнього упровадження в початковій школі
--	---	---

III. Тематичний план дисципліни

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 3 кредити ЄКТС 90 годин.

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усьог	у тому числі					усьог	у тому числі				
		о	л	п	ла б	інд		с.р.	о	л	п	лаб
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1												
Змістовий модуль 1. Загальні питання теорії фізичного виховання.												
Тема 1. Основні поняття теорії і методики фізичного виховання та здоров'язбереження. Основні державні документи про освіту.	4	2				6						
Тема 2. Зміст, мета та завдання інтегрованої галузі «Здоров'язбережувальної» для учнів початкової школи	6	2			2	2						
Тема 3. Зміст, мета та завдання навчальної дисципліни «Фізична культура» для учнів початкової школи	2	2				2						
Тема 4. Методи	4	2			2	2						

та засоби фізичного виховання молодших школярів.												
Разом за змістовим модулем 1	24	8			4	12						
Змістовий модуль 2. Система здоров'язбережувальної діяльності початкової школи в контексті реформи «Нова українська школа»												
Тема 5. Загальна характеристика шкільних факторів ризику, що впливають на здоров'я дітей	8	2	2			4						
Тема 6. Методика та організація проведення динамічних перерв.	10		2			6						
Тема 7. Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня.	6				2	4						
Тема 8. Методика розвитку фізичних якостей у дітей початкової школи.	12		2			10						
Тема 9. Теоретичні основи організації занять з фізичної культури учнів початкових класів з відхиленням у стані здоров'я	10	2	2			10						
Разом за змістовим модулем 2	46	4	6		2	34						
Змістовий модуль 3. Руховий режим учнів. Планування та контроль												

роботи з фізичного виховання школярів.												
Тема 10. Особливості проведення уроку з фізичної культури та інтегрованих уроків в контексті НУШ.	12	2		2		8						
Тема 11. Особливості проведення релаксаційних пауз.	10	2	2	2		4						
Разом за змістовим модулем 3	20	4	2	4		12						
Усього годин	90	20	10	4	10	58	90	12	6	2		70

IV. Зміст дисципліни

№ з/п	3.1. Назва модулів, тем та їх зміст	К-сть годин	
		Всього	в т.ч. лекцій
1.	Змістовий модуль 1. Загальні питання теорії фізичного виховання як складової здоров'язбереження.	18	4
1.1	Тема 1. Основні поняття теорії і методики фізичного виховання. Основні державні документи про освіту. <i>Зміст теми.</i> Джерела виникнення і розвитку теорії фізичного виховання. Вихідні поняття теорії фізичного виховання. Фізична культура. Фізичне виховання, Фізичний розвиток. Спорт. Закон України «Про освіту», «Нова українська школа». Типові освітні програми (під керівництвом О.Я. Савченко та під керівництвом Р.Б. Шияна). <i>Рекомендовані інформаційні джерела: 5, 12, 16, 18 (ч.1)</i>		
1.2	Тема 2,3. Зміст, мета та завдання здоров'язберезувальної галузі для учнів початкової школи.		
1.3	Головні завдання, його мета. Базові складові здоров'язбереження для учнів 1-4 класів. Характеристика змістової лінії. Особливості методики проведення уроків з основ здоров'я в		

	<p>початковій школі. Вимоги до оцінювання навчальних досягнень учнів. Формування компетентності зі збереження здоров'я учнів на основі засвоєних ними знань про здоров'я та безпеку як мета навчальної дисципліни.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 12, 14, 16</i></p>	44	
1.4	<p>Тема 4. Методи та засоби фізичного виховання молодших школярів.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Основні методи фізичного виховання та їх класифікація. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання. Класифікація фізичних вправ. Природні сили, гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 12, 14, 16</i></p>		6
2.	<p>Змістовий модуль 2. Система здоров'язбережувальної діяльності початкової школи в контексті реформи «Нова українська школа»</p>		
2.1	<p>Тема 1. Загальна характеристика шкільних факторів ризику, що впливають на здоров'я дітей</p> <p><i>Зміст теми.</i> Характеристика факторів ризику, що впливають на здоров'я молодших школярів під час навчання в школі: стресова педагогічна тактика; інтенсивність навчального процесу; вікові та функціональні можливостям учнів; фізіологічні та гігієнічні вимоги до організації навчального процесу; відсутність служб шкільного лікарського контролю; недоліки в існуючій системі фізичного виховання дітей; відсутність системи оздоровчої роботи з батьками.</p>		
2.2	<p>Тема 2. Методика та організація проведення динамічних перерв.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Динамічна перерва. Види ігор. Їх інтенсивність. Методика проведення.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 4, 9, 13.</i></p>	46	
2.3	<p>Тема 3. Методика розвитку фізичних якостей у дітей початкової школи.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Загальна характеристика фізичних якостей людини та методики їх удосконалення. Основи методики розвитку сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 14, 15, 16.</i></p>		10
2.4	<p>Тема 4. Теоретичні основи організації занять з фізичної культури учнів початкових класів з відхиленнями у стані здоров'я.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Механізми лікувального впливу фізичних вправ на дитячий організм. Розподіл дітей на медичні групи відповідно до критеріїв оцінки їхнього стану здоров'я. Організаційні та методичні рекомендації щодо рухового режиму учнів, які належать до відповідних груп здоров'я. Методика та організація проведення динамічних перерв.</p>		

<p>2.5</p> <p>3.</p> <p>3.1</p> <p>3.2</p> <p>3.3</p>	<p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:11.</i></p> <p>Тема 5. Організація та методика проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Види фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня молодшого школяра. Гімнастика до навчальних занять. Фізкульхвилинки та фізкультпаузи. Години здоров'я. Рухливі ігри на перервах, спортивні години у групах продовженого дня. Методика їх проведення.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:6, 7, 18 (ч.2).</i></p> <p>Тема 6. Методика розвитку фізичних якостей у дітей початкової школи.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Фізичні якості. Вікові особливості розвитку фізичних якостей. Раціональне навантаження.</p> <p>Змістовий модуль 3. Руховий режим учнів. Планування та контроль роботи з фізичного виховання школярів.</p> <p>Тема 1. Особливості методики проведення уроку з фізичної культури.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Нормування та регулювання навантажень на уроках фізичної культури. Зміст і розподіл навчального матеріалу на уроці фізичної культури. Сучасні вимоги до організації та проведення уроку фізичної культури.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:16, 17, 18(ч.2).</i></p> <p>Тема 2. Фізичне виховання поза школою.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Фізичне виховання за місцем проживання. Організація фізичного виховання у літніх таборах відпочинку дітей. Роль сім'ї у фізичному вихованні дітей. Індивідуальні самостійні заняття.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 18(ч.2).</i></p> <p>Тема 3. Методичні особливості проведення релаксаційних пауз.</p> <p><i>Зміст теми.</i> Релаксаційні паузи як фактор покращення фізичного та психічного здоров'я молодших школярів. Умови ефективного проведення релаксаційних пауз. Методика проведення релаксаційних пауз. Особливості складання комплексів релаксаційних пауз.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:1,4</i></p>		
---	---	--	--

4.2. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	К-сть годин
-------	------------	-------------

1	Організація та методика проведення сучасного уроку фізичної культури за вимогами реформи «Нова українська школа»	2 год.
2	Організація та методика проведення фізкультурних хвилин та проведення фізкультпауз	2 год.
3	Організація та методика проведення «годин здоров'я». Методичні особливості проведення релаксаційних пауз	2 год.
4	Організація та методика проведення динамічних перерв	2 год.
5	Організація та методика проведення сучасного уроку з фізичної культури за вимогами реформи «Нова українська школа»	2 год.
6	Методичні вимоги до виконання учнями загальнорозвивальних вправ з імітацією рухів тварин (звіроаеробіка), танцювальних імпровізаційних вправ	2 год.
7	Методичні вимоги до виконання учнями вправ з гімнастичною палицею, зі скакалкою та м'ячем (фідболаеробіка)	2 год.
8	Методичні вимоги до виконання учнями загальнорозвивальних вправ, поєднаних з вимовою певних звуків та віршованих рядків (легоаеробіка)	2 год.

4.3. Теми семінарських занять

Семінарське заняття 1. Діяльність вчителя щодо збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів.

1. Забезпечення та розвиток фізичного здоров'я учнів.
2. Щоденник здоров'я учнів.
3. Збереження психічного здоров'я учнів.
4. Діяльність практичного психолога закладу освіти.
5. Збереження соціального здоров'я учнів.
6. Формування в учнів відповідального ставлення до власного здоров'я.
7. Самооздоровлення вчителя. Складання індивідуальної оздоровчої програми вчителя.

Семінарське заняття 2. . Організація та методика проведення сучасного уроку за вимогами здоров'язбережувальної педагогіки.

1. Раціональна організація здоров'язбережувального уроку в початковій школі.
2. Психолого-педагогічні умови організації уроку.
3. Здоров'язбережувальні аспекти сучасного уроку.
4. Головні вимоги здоров'язбережувального уроку.
5. Врахування обов'язкової рухової активності учнів на уроці.
6. Умови збереження працездатності учнів.
7. Формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я як важливий компонент здоров'язбережувального уроку.

4.4. Організація самостійної роботи студентів

Зміст завдань для самостійної роботи студентів.

1. Основні поняття теорії і методики фізичного виховання. Основні державні документи про освіту: Державний стандарт початкової освіти, концепція Нової української школи.

2. Завдання, принципи їх реалізації, методи, засоби фізичного виховання молодших школярів.
3. Методика навчання рухливим іграм та іграм спортивного характеру. Народні ігри.
4. Здоров'язбережувальні технології. Їх можливість впровадження в навчальний процес початкової школи.
5. Гігієнічні вимоги до використання інтернет-ресурсів в навчальному процесі початкової школи.
6. Особливості роботи вчителя малочисельних шкіл.

Форми звітності: доповіді (захист). Презентації.

V. Методи навчання

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності

1) За джерелом інформації:

- *Словесні:* лекція (традиційна, проблемна, лекція-конференція в системі Meet; для самостійного опрацювання: платформа Moodle) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), пояснення, розповідь, бесіда.
- *Наочні:* спостереження, ілюстрація, демонстрація.
- *Практичні:* вправи.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації:

індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

1) Методи стимулювання інтересу до навчання: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

VI. Контроль якості знань студентів

У процесі оцінювання навчальних досягнень бакалаврів застосовуються такі методи:

- **Методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, залік.
- **Методи письмового контролю:** модульне письмове тестування; підсумкове письмове тестування, завдання з самостійної роботи.
- **Методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

Критерії та показники оцінювання:

- 1) якість знань (правильність, повнота, глибина, системність, дієвість, узагальненість, міцність);
- 2) ступінь сформованості професійних умінь з дисципліни;
- 3) ступінь самостійності в навчальній діяльності;

4) досвід творчої пошукової діяльності.

Таблиця 1

Розрахунок рейтингових балів за видами поточного та модульного контролів

№ п/п	Види діяльності	Коефіцієнт (вартість) виду	Кількість робіт	Результат
1	Виступи на практичних заняттях	3	10	30
2	Самостійні завдання	5	6	30
3	Модульна робота (тест)	10	2	20
4	Мультимедійна презентація	20	1	20
Підсумковий рейтинговий бал				100

Таблиця 2

Порядок переведення рейтингових показників в європейські оцінки ECTS:

« 5 » відмінно		« 4 » добре		« 3 » задовільно		« 2 » незадовільно	
90 -100		80-89	70-79	65-69	60-64	35-59	0-34
A		B	C	D	E	FX (з можливістю повторного складання)	X (з обов'язковим повторним курсом)

Загальні критерії оцінювання успішності студентів, які отримали за 4-бальною шкалою оцінки «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно».

Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень студентів

Оцінка	Критерії оцінювання
відмінно	ставиться за повні та міцні знання матеріалу в заданому обсязі, вміння вільно виконувати практичні завдання, передбачені навчальною програмою; за знання основної та додаткової літератури; за вияв креативності у розумінні і творчому використанні набутих знань та умінь, за виконання завдань у повному обсязі.
добре	ставиться за вияв студентом повних, систематичних знань із дисципліни, успішне виконання практичних завдань, засвоєння основної та додаткової літератури, здатність до самостійного поповнення та оновлення знань; за виконання завдань у достатньому обсязі.

задовільно	ставиться за вияв знання основного навчального матеріалу в обсязі, достатньому для подальшого навчання і майбутньої фахової діяльності, поверхову обізнаність з основною і додатковою літературою, передбаченою навчальною програмою; можливі суттєві помилки у виконанні практичних завдань.
незадовільно	виставляється студентіві, відповідь якого під час відтворення основного програмового матеріалу поверхова, фрагментарна, що зумовлюється початковими уявленнями про предмет вивчення. Таким чином, оцінка «незадовільно» ставиться студентіві, який неспроможний до навчання чи виконання фахової діяльності.

VII. Методичне забезпечення курсу

- ✓ опорні конспекти лекцій;
- ✓ навчальні посібники;
- ✓ робоча навчальна програма;
- ✓ збірка тестових і контрольних завдань для тематичного (модульного) оцінювання навчальних досягнень студентів;
- ✓ засоби підсумкового контролю (комплект друкованих завдань для підсумкового контролю);
- ✓ завдання для ректорського контролю знань студентів з навчальної дисципліни «Методика навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура»;
- ✓ комплекс роздаткових матеріалів;
- ✓ Бібліотечний репозитарій НПУ імені М.П. Драгоманова.

VIII. Основні й допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу

Рекомендована література.

ОСНОВНА

1. Андрощук Н.В. та ін. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. – Тернопіль, 1998. – 110 с.
2. Ареф'єв В.Г. та ін. Фізична культура в школі. – Кам'янець-Подільський. – 2001. – 383 с.
3. Бондар Т.С. Спортивні та рухливі ігри на уроках фізичної культури в початковій школі. – Х.: Ранок, Веста, 2008. – 192 с.
4. Васьков Ю.В. Система фізичного виховання у групах продовженого дня в 1 – 4 класах. Х.: Вид-во «Ранок», 2010. – 128с.
5. Ващенко О.М., Єрмолова В.М., Іванова Л.І. та ін. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня молодшого школяра. Кам'янець-Подільський. «Абетка», 2003. – 192 с.
6. Ващенко О.М., Романенко Л.В., Романенко К.А. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів. Перший цикл навчання: 1-2 класи: Навч.-метод. посіб. / уклад. О.М. Ващенко та ін. – Київ: Літера, 2017. – 128с.
7. Ващенко О.М., Романенко Л.В., Романенко К.А. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів. Другий цикл

- навчання: 3-4 класи: Навч.-метод. посіб. / уклад. О.М. Ващенко та ін. – Київ: Літера, 2017. – 128с.
8. Вільчковський Е.С. та ін. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. – К.: ІЗМН, 1998. – 232 с.
 9. Дубогай. О.Д. Навчання в русі: Здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі. –К.: Вид. дім «Шкіл. Світ»: Вид.Л. Галіцина, 2005. – 112с.
 - 10.Єрмолова В.М., Іванова Л.І. Дерев'яно В.В. Навчаємо граючись: метод. посібник для вчителів фізичної культури 1-4класів. К.: Літера ЛТД, 2012. – 208с.
 11. Закон України «Про загальну середню освіту». Постанова КМ № 87 від 21.02.2018 – [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/651-14>
 12. Іванова Л.І. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод посібник]. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320с.
 13. Кругляк О. Я. Рухливі ігри та естафети в школі. - Тернопіль: Підручники і посібники, 2008. – 80с.
 14. Кузменкова О.. Сліпенко Д. Фізична культура в початковій школі. – К.: шк.. світ, 2013 – 120с.
 15. Новий Державний стандарт початкової загальної освіти. – Режим доступу: http://nus.org.ua/wpcontent/uploads/2017/08/NewSchool_Presentationfinal_18-08-2017.pdf.
 16. Типові освітні програми для закладів загальної середньої освіти: 1-2 класи. – К. : «Освіта-Центр», 2018. – 240 с.
 17. Столітенко В.В., Воробей Г.В. Фізичне виховання молодших школярів. – К.6 ІЗМН, 1997. – 140 с.
 18. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие. – М.: Академия, 2000. – 480с.
 19. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навч. Посіб. – 2-е вид., випр. – Харків: «ОВС», 2008 – 406с.: іл.
 20. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. В 2-х частинах. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – ч.1 – 272 с., 2002. - ч.2 – 248 с.

ДОДАТКОВА

1. Живицкий А.С. Гимнастика в школе 1-4 класс.: Метод. рекомендации. Минск, 1991. – 88 с.
2. Мазуренко Л. Формування навичок здорового способу життя у молодших школярів в позакласний час. К.: «Шкільний світ», 2008. – 127с.
3. Макарова О.С. Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы: спортивно-игровые проекты для первого класса. – М.: Школьная пресса, 2002. – 64 с.
4. Махов В.Я. Теорія і методика навчання рухливих і спортивних ігор. – К.: ІЗМН, 1996. – 160 с.