МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ

Кафедра фізичного виховання

"ЗАТВЕРДЖУЮ"
Декан механіко-технологічного факультету
_____ Вячеслав БРАТІШКО
"___" _____ 2023 р.

"СХВАЛЕНО"
на засіданні кафедри фізичного виховання
Протокол № 20 від 31.05.2023 р.
Завідувач кафедри фізичного виховання
_____ Микола КОСТЕНКО

"РОЗГЛЯНУТО"
Гарант ОП к.т.н., доцент кафедри сільськогосподарських машин та системотехніки ім. П.М. Василенка
_____ Ігор СІВАК

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

спеціальність 208 Агроінженерія
освітня програма «Агроінженерія»
Факультет (ННІ) механіко-технологічний факультет
Розробник: ст. викладач кафедри фізичного виховання Сергій Вербицький
(посада, науковий ступінь, вчене звання)

Київ – 2023

1. Опис навчальної дисципліни

«Фізичне виховання»
(назва)

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень		
Освітній ступінь	*бакалавр*	
Спеціальність	*208 «Агроінженерія»*	
Освітня програма	*Агроінженерія*	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	*обов'язкова за рекомендацією вченої ради університету*	
Загальна кількість годин	*120*	
Кількість кредитів ECTS	*4*	
Кількість змістових модулів	*8*	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма контролю	*Залік*	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм навчання		
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Рік підготовки (курс)	*2023-2024*	
Семестр	*1, 2, 3, 4-ий*	
Лекційні заняття	-	
Практичні, семінарські заняття	*120 год.*	
Лабораторні заняття	-	
Самостійна робота	-	
Індивідуальні завдання	-	
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання	*2 год.*	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни фізичне виховання є:

- формування у студента практичних знань, умінь, навичок у галузі фізичної культури і спорту;
- виховання потреби до фізичного самовдосконалення та здорового способу життя;
- розвиток психофізичних якостей, які відповідають специфічним вимогам в обраній професійній діяльності;
- засвоїти уміння самостійно використовувати здобуті знання, навички з фізичної культури та спорту для профілактики захворювань, збереження та зміцнення здоров'я;

- оволодіти засобами самоконтролю в процесі фізкультурно-оздоровчих та спортивних занять;
- залучити студента до активного соціального життя факультету, ННІ, університету, фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності, здобуття досвіду її використання для всебічного розвитку особистості, майбутнього педагога, керівника;
- сформувати навички в техніці виконання базових вправ (загально-розвиваючі вправи, спеціально-бігові вправи, біг, стрибки в довжину, силові вправи)
- навчити основам орієнтування на місцевості;
- сформувати чітке уявлення про послідовність виконання фізичних вправ у різних комплексах.

Основними завданнями вивчення дисципліни фізичне виховання є:
- усвідомлення впливу фізичного розвитку студента на його самопочуття, здоров'я, розумову діяльність, соціальну активність, розвиток і вдосконалення наступних поколінь;
- виховання потреби у самостійному регулярному фізичному навантаженні;
- навчити студента отримувати задоволення і користь від виконання фізичних вправ
- навчити студента самостійно обирати види фізичних вправ в залежності від стану його здоров'я, ступені фізичного розвитку, обраної майбутньої фахової спеціальності;
- навчити студента правильно виконувати різні фізичні вправи;
- навчити студента правильно дозувати фізичні навантаження;
- навчити студента засобам відновлення організму після фізичних навантажень;
- розвиток, підвищення спортивної майстерності студентів-спортсменів;
- участь кращих студентів-спортсменів у спортивно-масових заходах університету за збірну команду факультету, ННІ;
- викликати у студента почуття гордості, інтересу, відповідальності, співпереживання, співчуття, радості, поваги за учасників спортивних змагань в університеті;
- прививати студенту культурну поведінку під час вболівання на спортивних змаганнях;
- виховання у студента любові до природи, навколишнього середовища, чистоти та краси лісів, парків та місць відпочинку.

Набуття компетентностей

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

ЗК7. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Програмні результати навчання

РН10. Демонструвати повагу до етичних принципів, своєю поведінкою впроваджувати етичні норми взаємовідносин в колективі, які сприяють досягненню виробничої мети. Проявляти самостійність і відповідальність у роботі.

3. Програма та структура навчальної дисципліни для:

– повного терміну денної форми навчання;

– скороченого терміну денної форми навчання.

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин					
	Денна форма					
	усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
Змістовий модуль 1. Загально-фізична та кросова підготовка						
Тема 1. Організація занять з фізичного виховання на механіко-технологічного факультету. Ознайомлення студентів з «Положенням про екзамени та заліки в НУБіП України». Техніка безпеки під час занять з фізичного виховання. Організація фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в університеті, на механіко-технологічного факультету.	2		2			
Тема 2-5. Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні,силова підготовка, кросова підготовка на пересіченій лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості.	38		8			30
Тема 6-7. Виконання контрольних нормативів змістовного модуля загально-фізична та кросова підготовка	4		4			
Разом за змістовим модулем 1.	**44**		**14**			**30**
Змістовий модуль 2. Спеціалізація «силовий фітнес»						
Тема 8-13. Базові елементи силового фітнесу, вправи з гантелями,грифами, набивними м’ячами, розвиток силової витривалості. Розвиток гнучкості, загальної витривалості та координації.	72		12			60
Тема 14-15. Виконання контрольних нормативів з модуля силовий фітнес. Атестація.	4		4			
Разом за змістовим модулем 2.	**76**		**16**			**60**
Змістовий модуль 3. Спеціалізація «баскетбол»						
Тема 16-20.Техніка передачі м’яча і ведення м’яча, кидки м’яча, навчальна гра у нападі і захисті. Розвиток спритності, швидкості, координації рухів.	40		10			30
Тема 21-22.Прийом контрольних нормативів та тестів модуля баскетбол	4		4			
Разом за змістовим модулем 3.	**44**		**14**			**30**
Змістовий модуль 4. Легка атлетика						
Тема 23-28. Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи . Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу.	42		12			30

Тема 29-30. Виконання контрольних нормативів змістового модуля легка атлетика . Атестація.	4		4			
Разом за змістовим модулем 4.	**46**		**16**			**30**
Змістовий модуль 5. Загально-фізична та кросова підготовка						
Тема 31. Організація занять з фізичного виховання на механіко-технологічного факультету. Ознайомлення студентів з «Положенням про екзамени та заліки в НУБіП України». Техніка безпеки під час занять з фізичного виховання. Організація фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в університеті, на механіко-технологічного факультету.	2		2			
Тема 32-35. Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні, кросова підготовка на пересіченій лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості.	68		8			60
Тема 36-37. Виконання контрольних нормативів змістов-ного модуля загально-фізична та кросова підготовка	4		4			
Разом за змістовим модулем 5.	**74**		**14**			**60**
Змістовий модуль 6. Спеціалізація «міні-футбол»						
Тема 38-43. Техніка ведення, прийому та зупинки м’яча, передачі, м’яча, техніка ударів по м’ячу. Основи тактики гри, розвиток сили, швидкості, координації спритності.	30		10			30
Тема 44-45. Виконання контрольних нормативів змістовного модуля міні-футбол . Атестація	4		4			
Разом за змістовим модулем 6.	**34**		**14**			**30**
Змістовий модуль 7. Спеціалізація «Карате»						
Тема 46-50. Техніка карате, стійки карате, переміщення, техніки нападу та захисту. Розвиток силової витривалості, гнучкості та координації рухів.	42		12			30
Тема 51-52. Виконання контрольних нормативів змістовного модуля карате.	4		4			
Разом за змістовим модулем 7.	**46**		**16**			**30**
Змістовий модуль 8. Легка атлетика						
Тема 53-58. Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи . Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу.	42		12			30
Тема 59-60. Виконання контрольних нормативів змістовного модуля легка атлетика . Атестація	4		4			
Разом за змістовим модулем 8.	**46**		**16**			**30**
Усього годин	420		120			300

4. **Теми семінарських занять** (не заплановано)

5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кіль-кість годин
1	Організація занять з фізичного виховання на факультеті механіко-технологічного факультету. Ознайомлення студентів з «Положенням про екзамени та заліки в НУБіП України». Техніка безпеки під час занять з фізичного виховання. Організація фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в університеті, на механіко-технологічного факультету.	2
2-5	Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні, кросова підготовка на пересіченій лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості.	38
6-7	Виконання контрольних нормативів змістовного модуля загально-фізична та кросова підготовка	4
8-13	Базові елементи силового фітнесу, вправи з гантелями,грифами,набивними м’ячами, розвиток силової витривалості Розвиток гнучкості, загальної витривалості та координації.	72
14-15	Виконання контрольних нормативів з модуля аеробіки	4
16-20	Техніка передачі м’яча і ведення м’яча, кидки м’яча, навчальна гра у нападі	40
21-22	Прийом контрольних нормативів та тестів модуля баскетбол	4
23-28	Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи (СБУ). Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу.	42
29-30	Виконання контрольних нормативів змістовного модуля легка атлетика	4
31	Організація занять з фізичного виховання на механіко-технологічного факультету. Ознайомлення студентів з «Положенням про екзамени та заліки в НУБіП України». Техніка безпеки під час занять з фізичного виховання. Організація фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в університеті, на механіко-технологічному факультеті.	2
32-35	Розвиток опорно-рухового апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні, курсова підготовка на пересічній лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості	68
36-37	Виконання контрольних нормативів змістовного модуля загально-фізична та кросова підготовка	4
38-43	Техніка ведення, прийому та зупинки м’яча, передачі, м’яча, техніка ударів по м’ячу. Основи тактики гри, розвиток сили, швидкості, координації спритності.	30
44-45	Виконання контрольних нормативів змістовного модуля міні-футбол	4
46-50	Техніка карате, стійки карате, переміщення, техніки нападу та захисту. Розвиток силової витривалості, гнучкості та координації рухів.	42
51-52	Виконання контрольних нормативів змістовного модуля карате.	4
53-58	Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи . Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу.	42
59-60	Виконання контрольних нормативів змістовного модуля легка атлетика	4
	Разом	420

6. Теми лабораторних занять (не заплановано)

7. Теми самостійної роботи (не заплановано)

8. Контрольні питання, комплекти тестів для визначення рівня засвоєння знань студентами

Модуль «Кросова та загальна фізична підготовка»
Контрольні нормативи

Бали	Чоловіки			
	Біг 100 м (сек.)	6-ти хв. біг (м)	Підтягування на перекладині (разів)	Підйом ніг до перекладини з вису на перекладині (разів)
25	13,2	1600	16	
24	13,3	1580	15	
23	13,4	1560	14	
22	13,5	1540	13	
21	13,6	1520	12	
20	13,7	1500	11	
19	13,8	1470		
18	13,9	1440	10	
17	14,0	1410		
16	14,1	1380	9	
15	14,2	1350		
14	14,3	1310	8	
13	14,4	1270		
12	14,6	1230	7	
11	14,8	1190		
10	15,0	1150	6	
9	15,2	1120		
8	15,4	1090	5	
7	15,6	1060		
6	15,8	1030	4	
5	16,0	1000		
4	16,2	975	3	
3	16,4	950		
2	16,6	925	2	
1	16,8	900		

Бали	Жінки			
	Біг 100 м (сек.)	6-ти хв. біг (м)	Підтягування з вису лежачи (разів)	Підйом колін до грудей з вису на перекладині (разів)
25	16,6	1200	16	
24	16,7	1180	15	
23	16,8	1160	14	
22	16,9	1140	13	
21	17,0	1120	12	
20	17,1	1100	11	
19	17,2	1080		
18	17,3	1060	10	
17	17,4	1040		
16	17,5	1020	9	
15	17,6	1000		
14	17,7	980	8	
13	17,8	960		
12	18,0	940	7	
11	18,2	920		
10	18,4	900	6	
9	18,6	880		
8	18,8	860	5	
7	19,0	840		
6	19,2	820	4	
5	19,4	800		
4	19,6	780	3	
3	19,8	760		
2	20,0	755	2	
1	20,2	750		

Модуль спеціалізація «Силовий фітнес»
Контрольні нормативи

№ п/п	Назва	Стать	Бали				
			25	20	15	10	5
1	Біг прямі ноги вперед, під кутом 45 градусів	Чол.	200	190	180	170	160
		Жін.	190	175	160	145	130
2	Переступання ніг із сторони в сторону з торканням підлоги рукою в глибокому присіді	Чол.	60	55	50	45	40
		Жін.	50	45	40	35	30
3	В позиції "упор лежачи" торкання плеча протилежною рукою почергово	Чол.	120	115	110	105	100
		Жін.	90	85	80	75	70
4	Лежачи на лівому боці, підйом в положення сидячи (бокові м'язи пресу)	Чол.	55	50	45	40	35
		Жін.	30	25	20	15	10
5	Лежачи на правому боці, підйом в положення сидячи (бокові м'язи пресу)	Чол.	55	50	45	40	35
		Жін.	30	25	20	15	10
6	З положення стоячи торкання підлоги колінами почергово	Чол.	45	40	35	30	25
		Жін.	35	30	25	20	15
7	Перехід з положення стоячи стрибком в положення упор лежачи (бьорпі)	Чол.	30	25	20	15	10
		Жін.	25	20	15	10	5

Модуль «Загальна фізична підготовка»
Контрольні нормативи

Загальна фізична підготовка				Спеціалізація
Бали	Стрибки через скакалку	Комплексна силова вправа: 30 сек. піднімання тулуба з положення лежачи на спині і одразу 30 секунд згинання і розгинання рук в упорі лежачи (жінки з колін), разів		Згідно затверджених нормативних тестів, дві вправи на вибір викладача
	Чол. +жін.	Чоловіки	Жінки	
25	90	55	44	Максимальна оцінка за дві вправи зі спеціалізації 50 балів
24	89	54	43	
23	88	53	42	
22	87	52	41	
21	86	51	40	
20	85	50	39	
19	84	49	38	
18	83	48	37	
17	82	47	36	
16	81	46	-	
15	80	45	35	
14	78	44	-	
13	76	43	34	
12	74	42	-	
11	72	41	33	
10	70	40	-	
9	68	39	32	
8	66	38	-	
7	64	37	31	
6	62	36	-	
5	60	35	30	
4	58	34	-	
3	56	33	29	
2	54	32	-	
1	52	31	28	

Модуль 3. Спеціалізація "Баскетбол"
Контрольні нормативи

№ п/п	Назва	Стать	Бали				
			25	20	15	10	5
1	Стрибок вгору (см)	Чол.	55	50	45	40	35
		Жін.	45	40	35	30	25
2	Біг на 20 м (с)	Чол.	3,5	3,7	4	4,2	4,4
		Жін.	4,2	4,4	4,6	4,8	5
3	Передача м’яча протягом 30 с (разів)	Чол.	22	21	20	19	18
		Жін.	20	19	18	17	16
4	Кидок м’яча в русі (кількість попадань)	Чол.	8	7	6	5	4
		Жін.	6	5	4	3	2

Модуль 3. спеціалізація "міні-футбол"
Контрольні нормативи

№ п/п	Назва	Стать	Бали				
			25	20	15	10	5
1	Удари на влучність з відстані 20 м (кількість попадань)	Чол.	5	4	3	2	1
		Жін.	5	4	3	2	1
2	Човниковий біг 44 м ("конверт")	Чол.	11,0	11,5	12,0	12,5	13,5
		Жін.	14,0	14,3	14,6	15,0	15,5
3	Стрибки на гімнастичну лавку за 1 хв.	Чол.	60	55	50	45	40
		Жін.	50	45	40	35	30
4	Комплексна вправа	Чол.	8	7	6	5	4
		Жін.	6	5	4	3	2

Модуль «Легка атлетика»
Контрольні нормативи

Біг 100 м (сек.)	Підтягування на перекладині, разів	Біг 3000 м (хв)	Стрибок у довж. з розбігу (см)	Бали	Біг 100 м (сек.)	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	Біг 2000 м (хв)	Стрибок у довж. з розбігу (см)
Чоловіки					Жінки			
13,2	16	12.00	490	25	16,6	25	10.00	370
13,3	15	12.15	485	24	16,7	24	10.15	-
13,4	14	12.30	480	23	16,8	23	10.30	365
13,5	13	12.45	475	22	16,9	22	10.45	-
13,6	12	13.00	-	21	17,0	21	11.00	-
13,7	11	13.15	470	20	17,1	20	11.15	360
13,8		13.30	-	19	17,2	19	11.30	355
14,0	10	13.45	475	18	17,3	18	11.50	350
14,1		14.00	-	17	17,4	17	12.00	345
14,2	9	14.20	460	16	17,5	16	12.15	-
14,3		14.30	-	15	17,6	15	12.30	340
14,4	8	14.45	455	14	17,7	14	12.45	335
14,5		15.00	450	13	17,8	13	13.00	330
14,6	7	15.15	445	12	18,0	12	13.15	325
14,7		15.30	-	11	18,2	11	13.30	-
14,8	6	15.45	440	10	18,4	10	13.45	320
15,0		16.00	-	9	18,6	9	14.00	315
15,2	5	16.10	435	8	18,8	8	14.10	310
15,4		16.20	430	7	19,0	7	14.20	305
15,6	4	16.30	425	6	19,2	6	14.30	-
15,8		16.40	420	5	19,4	5	14.40	300
16,0	3	16.50	415	4	19,6	4	14.50	295
16,2		17.00	410	3	19,8	3	15.00	290
16,4	2	17.10	405	2	20,0	2	15.10	285
16,6		17.20	400	1	20,2	1	15.20	280

Атестація

Назва вправи	Стать	Бали за виконання вправи					
		6	5	4	3	2	1
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	Чол.	50	45	40	35	30	25
	Жін.	40	35	30	25	20	15
Човниковий біг 4х9, сек	Чол.	8,8	9,0	9,6	10,0	10,4	10,6
	Жін.	10,0	10,4	10,8	11,3	11,6	12,0
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	Чол.	17	13	11	9	6	3
	Жін.	22	20	18	16	9	5
Стрибок у довжину з місця, см	Чол.	230	220	210	200	190	180
	Жін.	185	175	165	155	140	130
Стійка стоячи на передпліччях, "планка", хв	Чол.	3,00	2,30	2,00	1,30	1,00	0,45
	Жін.	2,30	2,15	2,00	1,30	1,00	0,45

9. Методи навчання

Словесні методи:
- бесіда;
- розповідь;
- пояснення, тощо.

Методи демонстрації:
- демонстрація поз і рухів (безпосередній показ або пряма наочність);
- використання ілюстративних матеріалів (опосередкована наочність).

Практичні методи:
- метод навчання вправ по частинах;
- метод навчання вправ загалом;
- метод підвідних вправ;
- метод імітаційних вправ.

10. Форми контролю

Попередній, поточний, проміжний та підсумковий.

Попередній контроль проводиться перед на початку змістовного модуля для з’ясування загального рівня підготовки студентів з дисципліни, щоб намітити направленість особистих самостійних занять.

Поточний контроль – спостереження за навчальною діяльністю студентів, виконанням вправ на заняттях із записом результатів у журнал. Його метою є отримання оперативних даних про рівень знань студентів і якість навчальної роботи на занятті, оптимізація управління навчальним процесом.

Проміжний – здача нормативів зі змістовних модулів.

Підсумковий контроль – залікові тести.

11. Розподіл балів, які отримують студенти.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національні оцінки згідно з табл. 1 «*Співвідношення між рейтингом здобувача вищої освіти і національними оцінками*» (Положення від 26.04.2023 р., протокол № 10)

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна за результати складання	
	екзаменів	заліків
90-100	Відмінно	Зараховано
74-89	Добре	
60-73	Задовільно	
0-59	Незадовільно	Не зараховано

Для визначення рейтингу здобувача вищої освіти із засвоєння дисципліни $\mathbf{R_{ДИС}}$ (до 100 балів) одержаний рейтинг з атестації (до 30 балів) додається до рейтингу студента (слухача) з навчальної роботи $\mathbf{R_{НР}}$ (до 70 балів): $\mathbf{R_{ДИС} = R_{НР} + R_{АТ}}$.

Рекомендовані джерела

Основні інформаційні джерела

1. Костенко М. П., Бурко С. В., Краснов В. П. Дотримання техніки безпеки студентами під час занять у тренажерній залі: навчально-методичний посібник. Ніжин: НДУ ім. М.В. Гоголя, 2019 – 28 с.
2. Костенко М.П., Краснов В.П. Професійно-орієнтовне фізичне виховання юристів: навчально-методичний посібник – К. НУБіП України, 2020 – 172 с.
3. Краснов В.П., Лисенко С.Г., Отрошко О.В., Дубовік Р.Г. Раціональна рухова активність, як фактор зміцнення здоров'я та профілактики захворювань: методичні рекомендації для самостійних занять студентів. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2021 – 38 с.
4. Пархоменко В.К. Положення про рейтинг зі спортивної майстерності Національного університету біоресурсів і природокористування України. Затверджене ректором НУБіП України 10.06.2020 р./ НУБіП України, 2020 – 6 с. – URL: *https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Texthttps://nubip.edu.ua/node/3318*
5. Пархоменко В.К. Положення про спартакіаду студентів НУБіП України, затверджене ректором НУБіП України 10.06.2020 р./ НУБіП України, 2020 – 40 с. – URL: *https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Texthttps://nubip.edu.ua/node/3318*

6. Положення «Про екзамени та заліки у Національному університеті біоресурсів і природокористування України», затверджено вченою радою НУБіП України 26.04.2023 р. протокол № 10 – 21 с.

Допоміжні інформаційні джерела

1. Вербицький С.О., Лисенко С.Г., Краснов В.П. Методичні рекомендації з проведення занять із самозахисту. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2017 – 71 с.
2. Гордєєва С.В., Крупко Н.В., Краснов В.П., Лисенко С.Г. Степ-аеробіка: методичні рекомендації для самостійних занять студентів / уклад.:– Ніжин: НДУ ім. М.Гоголя, 2018 – 24 с.
3. Гурєєва А.М. Фізичне виховання: атлетична гімнастика: навчально-методичний посібник для студентів усіх напрямів підготовки освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» / А.М. Гурєєва, Г.О. Єсіонова, Г.І. Кушнір, О.І. Рибалка. – Запоріжжя: ЗНУ, 2013 – 73 с.
4. Дубовік Р.Г., Отрошко О.В., Прохніч В.М. Особливості підготовки легкоатлетів: методичні рекомендації з дисципліни «Легка атлетика» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». – Київ: НУБіП України, 2021 – 40 с.
5. Дубовик Р.Г., Краснов В.П., Костенко М.П., Крупко Н.В. Ігровий метод удосконалення рухових умінь та навиків з різних видів спорту. Навчально-методичний посібник. – Київ, НУБіП України, 2015 – 42 с.
6. Електронні презентації з видів спеціалізації (видів спорту) «Футбол», «Баскетбол», «Спортивне орієнтування» та інші – URL: *https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Text* *https://nubip.edu.ua/node/4220*
7. Задорожний І.І., Мовчан І.О. Волейбол. Навчання техніки гри навчальний посібник. – Львів: ЛДУ БЖД, 2019 – 134 с.
8. Закон України «Про освіту» (із змінами від 01.04.2022) – URL: *https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Texthttps://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text*
9. Закон України «Про вищу освіту» (із змінами від 24.03.2022) – URL: *https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Texthttps://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18#Text*
10. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (в редакції Закону від 17.02.2022) – URL: *https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Texthttps://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text*
11. Костенко М.П., Краснов В.П, Отрошко О.В. Футзал в закладах вищої освіти: навчально-методичний посібник для науково-педагогічних працівників кафедр фізичного виховання та студентів неспеціалізованих вищих закладів освіти. – Київ, 2019 – 83 с.
12. Краснов В.П., Євтушенко І.М., Лакіза О.М. Баскетбол. Навчально-методичний посібник. - Київ, НУБіП України, 2015 – 41 с.

13. Краснов В.П., Гордєєва С.В., Лисенко С.Г. Скіппінг / стрибки через скакалку: методичний посібник. – Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2016 – 26 с.

14. Краснов В.П., Гордєєва С.В., Костенко М.П., Лисенко С.Г. Фітнес – вправи основної спрямованості: методичний посібник для самостійних занять студентів – Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2017 – 79 с.

15. Краснов В.П., Євтушенко І.М., Хотенцева О.В. Стрітбол – методичний посібник для самостійних занять студентів/– Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2018 – 24 с.

16. Краснов В.П., Костенко М.П., Заболотний О.А., Мироненко О.І. Фізичне виховання зі студентами спеціального медичного відділення: навчально-методичний посібник. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2017 - 53 с.

17. Краснов В.П., Оленєв Д.Г та ін. Фізичне виховання студентів як компонент професійної освіти: навчальний посібник. Київ 2018 – 570 с.

18. Крупко Н. В., Костенко М. П., Краснов В.П. Здоров'язбережувальні технології: оздоровчий фітнес: навчально-методичний посібник. НДУ ім. М.В. Гоголя. 2019 – 48 с.

19. Крупко Н.В., Краснов В.П., Лисенко С.Г., Гордєєва С.В. Основи технології оздоровчого тренування: силовий фітнес студента. Методичні рекомендації для самостійних занять студентів всіх спеціальностей. Вид. Київ: НУБіП України 2022 – 35 с.

20. Освітні програми підготовки фахівців освітнього ступеня «Бакалавр» 2022-2023 н.р. *(nubip.edu.ua)*

21. Пархоменко В.К., Краснов В.П., Лисенко С.Г., Марущак П.Д. Основи фізичної підготовки в системі фізичного удосконалення студента: навчально-методичний посібник . Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2013 – 32 с.

22. Указ Президента України Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» від 9 лютого 2016 року № 42/2016 – URL: *https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Texthttps://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Text*