

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра фізичної культури і спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор ННІ лісового і
садово-паркового господарства

_____ Роман ВАСИЛИШИН

11 червня 2025 р.

СХВАЛЕНО

на засіданні кафедри фізичної
культури і спорту

протокол № 13 від 20.05.2025 р.

Завідувач кафедри фізичної культури і
спорту

_____ Микола КОСТЕНКО

РОЗГЛЯНУТО

Гарант ОП «Деревообробні та меблеві технології»

_____ Олександра ГОРБАЧОВА

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ**

Галузь знань _____ G Інженерія, виробництво та будівництво _____

Спеціальність _____ G14 Деревообробні та меблеві технології _____

Освітня програма _____ Деревообробні та меблеві технології _____

Факультет (ННІ) _____ ННІ лісового і садово-паркового господарства _____

Розробники викладач кафедри фізичної культури і спорту Віталій АНДРІЯШ

Опис навчальної дисципліни «Фізичне виховання»

Навчальна дисципліна «Фізичне виховання» спрямована на формування фізичної, психічної та соціальної складової здорового способу життя студентів, сприяє розвитку основних фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності), підвищує рівень рухової активності та загальної працездатності, функціональне удосконалення організму, навчання основним руховим навичкам, вмінням, для успішної наступної професійної діяльності. У процесі навчання студенти опановують знання з теорії та методики фізичного виховання, профілактики захворювань та принципів здоров'язберігаючих компетенцій, засвоюють техніку виконання фізичних вправ, формують навички самостійних занять фізичними вправами. Значна увага приділяється профілактиці захворювань, зміцненню здоров'я, розвитку особистої відповідальності за фізичний стан. Дисципліна є обов'язковою складовою освітньої програми і сприяє гармонійному розвитку особистості та підвищенню якості життя.

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень		
Освітній ступінь	бакалавр	
Спеціальність	G14 Деревообробні та меблеві технології	
Освітня програма	Деревообробні та меблеві технології	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	Обов'язкова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість змістових модулів	4	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма контролю	Залік	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм здобуття вищої освіти		
	Форма здобуття вищої освіти	
	денна	заочна
Рік підготовки (курс)	2025-2026	2025-2026
Семестр	1, 2	1, 2
Лекційні заняття	-	-
Практичні, семінарські заняття	60 год.	8 год.
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна робота	60 год.	112 год.
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання	2 год.	

1. Мета, компетентності та програмні результати 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.

Набуття компетентностей:

інтегральна компетентність (ІК): Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі деревообробних та меблевих технологій.

загальні компетентності (ЗК):

ЗК06. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК09. 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.

ЗК10. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

2. Програма та структура навчальної дисципліни:

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма							заочна форма					
	тижні	усьо го	у тому числі					усьо го	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	14
Змістовий модуль 1. Загально-фізична та кросова підготовка													
Тема 1. Організація занять з фізичного виховання на ННІ. 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 ННІ.	1	4		2			2			2			8
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.	2-7	24		12			12						12
Тема 6-7. Виконання контрольних нормативів змістовного модуля загально-фізична та кросова підготовка	8	4		2			2						8
Разом за змістовим модулем 1.	8	32		16			16						28
Змістовий модуль 2. Спеціалізація «силовий фітнес»													
Тема 8-13. Базові елементи силового фітнесу, вправи з гантелями, грифами, набивними м'ячами, розвиток силової витривалості. Розвиток	9-13	20		10			10			2			14

гнучкості, загальної витривалості та координації.													
Тема 14-15. Виконання контрольних нормативів з модуля силовий фітнес. Атестація.	14-15	8		4			4						14
Разом за змістовим модулем 2.	7	28		14			14						28
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.	1-6	24		12			12			2			14
Тема 21-22. Прийом контрольних нормативів та тестів модуля баскетбол	7	4		2			2						14
Разом за змістовим модулем 3.	7	28		14			14						28
Змістовий модуль 4. Легка атлетика													
Тема 23-28. Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи. Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу.	8-13	24		12			12			2			14
Тема 29-30. Виконання контрольних нормативів змістового модуля легка атлетика. Атестація.	14-15	8		4			4						14
Разом за змістовим модулем 4.	8	32		16			16						28
Усього годин	30	120		60			60	120		8			112

3. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Організація занять з фізичного виховання на ННІ. 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 ННІ.	2
2-5	Розвиток опорно-рухливого апарату, розвиток загальної витривалості, бігова підготовка на стадіоні, кросова підготовка на пересіченій лісовій місцевості, основи орієнтування на місцевості.	12

6-7	Виконання контрольних нормативів змістовного модуля загально-фізична та кросова підготовка	2
8-13	Базові елементи силового фітнесу, вправи з гантелями, грифами, набивними м'ячами, розвиток силової витривалості Розвиток гнучкості, загальної витривалості та координації.	10
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	12
21-22	Прийом контрольних нормативів та тестів модуля баскетбол	2
23-28	Розвиток опорно-рухливого апарату. Спеціальні бігові вправи (СБУ). Бігова підготовка, стрибки у довжину з розбігу.	12
29-30	Виконання контрольних нормативів змістовного модуля легка атлетика	4
	Разом	60

4. Теми самостійних робіт

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Рухова і фізична активність: види, засоби, норми	16
2	Активний відпочинок: види, засоби, вікові та індивідуальні особливості	14
3	Правила здорового та збалансованого харчування: вікові та індивідуальні особливості	14
4	Профілактика травматизму під час занять фізичною культурою	16
	Разом	60

5. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

Модуль спеціалізація "Міні-футбол" Контрольні нормативи

№ з/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 4х4 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 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 по чергово	Чол.	120	115	110	105	100
		Жін.	90	85	80	75	70
4	Лежачи на лівому боці, підйом в положення сидючи (бокові м'язи пресу)	Чол.	55	50	45	40	35
		Жін.	30	25	20	15	10
5	Лежачи на правому боці, підйом в положення сидючи (бокові м'язи пресу)	Чол.	55	50	45	40	35
		Жін.	30	25	20	15	10
6	З положення стоячи торкання підлоги колінами по чергово	Чол.	45	40	35	30	25
		Жін.	35	30	25	20	15
7	Перехід з положення стоячи стрибком в положення упор лежачи (б'орпі)	Чол.	30	25	20	15	10
		Жін.	25	20	15	10	5

Модуль «Загально-фізична та кросова підготовка»
Контрольні нормативи

Бали	Чоловіки				Бали	Жінки			
	Біг 100 м (сек)	6-ти хв. біг (м)	Підтягування на перекладині (разів)	Підйом ніг до перекладини з вису на перекладині (разів)		Біг 100 м (сек)	6-ти хв. біг (м)	Підтягування з вису лежачи (разів)	Підйом колін до грудей з вису на перекладині (разів)
25	13,2	1600	16		25	16,6	1200	16	
24	13,3	1580	15		24	16,7	1180	15	
23	13,4	1560	14		23	16,8	1160	14	
22	13,5	1540	13		22	16,9	1140	13	
21	13,6	1520	12		21	17,0	1120	12	
20	13,7	1500	11		20	17,1	1100	11	
19	13,8	1470			19	17,2	1080		
18	13,9	1440	10		18	17,3	1060	10	
17	14,0	1410			17	17,4	1040		
16	14,1	1380	9		16	17,5	1020	9	
15	14,2	1350			15	17,6	1000		
14	14,3	1310	8		14	17,7	980	8	
13	14,4	1270			13	17,8	960		
12	14,6	1230	7		12	18,0	940	7	
11	14,8	1190			11	18,2	920		
10	15,0	1150	6		10	18,4	900	6	
9	15,2	1120			9	18,6	880		
8	15,4	1090	5		8	18,8	860	5	
7	15,6	1060			7	19,0	840		
6	15,8	1030	4		6	19,2	820	4	
5	16,0	1000			5	19,4	800		
4	16,2	975	3		4	19,6	780	3	
3	16,4	950			3	19,8	760		
2	16,6	925	2		2	20,0	755	2	
1	16,8	900			1	20,2	750		

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

Модуль «Загальна фізична підготовка»
Контрольні нормативи

Загальна фізична підготовка				Спеціалізація
Бали	Стрибки через скакалку за 30 сек.	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 спеціалізація «Атлетична гімнастика»
Контрольні нормативи

№ з/п	Назва	Стать	Бали				
			25	20	15	10	5
1	* Жим лежачи на горизонтальній лаві, разів (вага штанги: особиста вага мінус 10 кг для чоловіків, мінус 30 кг для жінок)	Жін., чол.	12	10	8	6	4
2	* Присідання зі штангою на плечах, разів (вага штанги: особиста вага мінус 10 кг для чоловіків, 30 кг для жінок)	Жін., чол.	12	10	8	6	4
3	Підтягування на перекладині широким хватом за голову	Чол.	16	12	9	7	5
4	Складання із положення лежачи на спині	Жін.	20	16	12	8	4
		Чол.	30	25	18	12	8
5	** Степ-тест, уд/хв	Жін.	< 83	84-100	101-112	113-124	125-142
		Чол.	< 81	81-90	91-102	103-114	115-128
6	Розробити та виконати комплекс із 5 вправ, направлених на розвиток і укріплення певної групи м'язів використовуючи тренажери та вільні ваги	Жін., чол.	всі вправи без помилко	4 вправи без помилко	3 вправи без помилко	2 вправи без помилко	1 вправу без помилко

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

6. Методи навчання

Словесний метод (співбесіда, розповідь, пояснення).

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).

7. Оцінювання результатів навчання

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України»

7.1 Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Види діяльності		Оцінювання
Модуль 1		
Тема 1.1	Практичне заняття 1	7
Тема 1.2	Практичне заняття 2	7
Тема 1.3	Практичне заняття 3	7
Тема 1.4	Практичне заняття 4	6
Тема 1.5	Практичне заняття 5	6
Тема 1.6	Практичне заняття 6	6
Тема 1.7	Практичне заняття 7	6
	Контрольний норматив 1	25
	Контрольний норматив 2	25
	Самостійна робота	5
Разом за Модуль 1		100
Модуль 2		
Тема 2.1	Практичне заняття 1	6
Тема 2.2	Практичне заняття 2	6

Тема 2.3	Практичне заняття 3	6
Тема 2.4	Практичне заняття 4	6
Тема 2.5	Практичне заняття 5	6
Тема 2.6	Практичне заняття 6	5
Тема 2.7	Практичне заняття 7	5
Тема 2.8	Практичне заняття 8	5
	Контрольний норматив 3	25
	Контрольний норматив 4	25
	Самостійна робота	5
Разом за Модуль 2		100
Навчальна робота		(M1 + M2)/2*0,7 ≤ 70
Підсумкова атестація (атестаційні тести)		
	Атестаційний тест 1	6
	Атестаційний тест 2	6
	Атестаційний тест 3	6
	Атестаційний тест 4	6
	Атестаційний тест 5	6
Разом за підсумкову атестацію		30
Всього за курс		(Навчальна робота + екзамен) ≤ 100

7.2 Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

7.3 Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перекладання	нормативи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перекладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний)
Політика щодо академічної доброчесності	Реферати та презентації повинні мати коректні текстові посилання на використану літературу
Політика щодо відвідування	відвідування занять є обов'язковим та оцінюється балами за активність на практичному занятті

8. Навчально-методичне забезпечення:

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни (на навчальному порталі НУБіП України eLearn -

<https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=3985>);

- відео-заняття для дистанційних та самостійних занять студентів:

<https://youtu.be/hYmSX6qwOMs>

<https://youtu.be/9ilmD5nGaCw>

<https://youtu.be/9I47ZkFCbwY>
<https://youtu.be/7nK-CD0w8hk>
<https://youtu.be/yVfjgbPOpFk>
<https://youtu.be/saA8YFOzQzk>
<https://youtu.be/DX635RzTLDU>

- навчальні посібники;
- методичні матеріали щодо вивчення навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти денної та заочної форм здобуття вищої освіти.

9. Рекомендовані джерела інформації

1. Електронний навчальний курс з дисципліни <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=3985>
2. Освітні програми підготовки фахівців освітнього ступеня «Бакалавр» 2024-2025 н.р. <https://nubip.edu.ua/node/146443>
3. Положення «Про екзамени і заліки Національного університету біоресурсів і природокористування України», затверджено вченою радою НУБіП України 27.02.2025 р. протокол № 8, 22 с. https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u187/nakaz_no_202_vid_28.02.2025_r._poloz_hennya_ekzameni_i_zaliki_vidomist_uspishnosti_0.pdf
4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (в редакції Закону від 06.10.2024 р.) <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>
5. О. Отрошко, М. Костенко, В. Мирошніченко. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього ступеня «Бакалавр» галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» / Уклад. О. Отрошко, М. Костенко, В. Мирошніченко. Київ : НУБіП України, 2025. 157 с.
6. Формування здоров'язберігаючої компетентності засобами фізичного виховання : методичні рекомендації з дисципліни «Теорія і методика оздоровчої фізичної культури» для студентів освітнього ступеня «бакалавр» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт / М.П. Костенко, О.В. Отрошко, С.В. Костенко. - К. : НУБіП України, 2022. 65 с. <http://dspace.nubip.edu.ua/handle/123456789/8781>
7. Особливості підготовки легкоатлетів: методичні рекомендації з дисципліни «Легка атлетика» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»/ Р.Г. Дубовік, О.В. Отрошко, В.М Прохніч. Вид. Київ: НУБіП України, 2021. 40 с. <http://dspace.nubip.edu.ua/handle/123456789/7427>
8. Раціональна рухова активність, як фактор зміцнення здоров'я та профілактики захворювань: методичні рекомендації для самостійних занять з фізичного виховання студентів неспеціалізованих ЗВО/ О.В. Отрошко, В.П. Краснов, С.Г. Лисенко, Р.Г. Дубовік. Київ: НУБіП України, 2021 р. 40 с. <http://dspace.nubip.edu.ua/handle/123456789/7428>
9. Костенко М.П. Отрошко О.В. Костенко С.В. Спортивні ігри: футзал: Навч.-методичний посібник для студентів освітнього ступеня «бакалавр» галузі

знань 01 «Освіта/Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт із дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор» (футзал) Київ. НУБіП України, 2022. 98 с.

10. Рухливі ігри та забави з методикою викладання : тексти лекцій для студентів освітнього ступеня «бакалавр» галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / О.В. Отрошко. К. : НУБіП України, 2023. 50 с. <http://dspace.nubip.edu.ua/handle/123456789/9487>

11. Теорія фізичного виховання : тексти лекцій до модуля «Теорія фізичного виховання» з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів освітнього ступеня «Бакалавр» галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / О. В. Отрошко, М. П. Костенко. К. : НУБіП України, 2023. 70 с. <http://dspace.nubip.edu.ua/handle/123456789/8874>

12. Буток О.В., Євтушенко І.М. Методика формування навичок баскетболістів орієнтуватися в ігрових ситуаціях. Методичні рекомендації з дисципліни «Теорія і методика викладання баскетболу» для студентів освітнього ступеня «бакалавр» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ: НУБіП України, 2023. 43 с.

13. Мирошніченко В.О. Сучасний силовий фітнес. Методичні рекомендації для студентів освітнього ступеня «Бакалавр» галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» із дисципліни «Сучасний силовий фітнес». Київ. НУБіП України, 2023. 64 с.

14. Вишневський М.О., Хижняк А.А., Мирошніченко В.О. Волейбол: відбір, методика навчання, проведення змагань. Методичні рекомендації для студентів освітнього ступеня «Бакалавр» галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ : НУБіП України, 2023. 54 с.

15. Мирошніченко В.О. Скіппінг як сучасна фітнес-технологія. Методичні рекомендації для студентів освітнього ступеня «Бакалавр» галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» із дисципліни «Сучасні фітнес технології». Київ. НУБіП України, 2023. 22 с.

16. В. Пархоменко, О. Пархоменко. Спортивне орієнтування. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів освітнього ступеня «бакалавр» галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» із дисципліни «Теорія і методика викладання спортивного орієнтування і туризму». Київ. НУБіП України, 2023. 54 с.

17. Мирошніченко В.О. Техніка і методика виконання прийомів масажу: Методичні рекомендації для студентів освітнього ступеня «Бакалавр» галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ. НУБіП України, 2024. 58 с.